叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 如何生活：菲律宾群(how To Live A Manual Of Hygiene For Use In The) 000001

2. 如何生活：菲律宾群(how To Live A Manual Of Hygiene For Use In The) 000002

3. 如何生活：菲律宾群(how To Live A Manual Of Hygiene For Use In The) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

如何生活：菲律宾群(How to live A manual of hygiene for use in the)

[haʊ] [tuː; tə][lɪv; laɪv]
HOW **TO** **LIVE**
如何 到 居住

如何生活

[ə; eɪ] ['mænjuəl] [ʌv; əv] ['haɪdʒiːn]
A **MANUAL** **OF** **HYGIENE**
一个 手动的 的 卫生

卫生手册

[fɔːr; fər] [juːz] [ɪn] [ðə; ði] [skuːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['fɪlɪpiːn] ['aɪləndz]
FOR **USE** **IN** **THE** **SCHOOLS** **OF** **THE** **PHILIPPINE** **ISLANDS**
为了 使用 在 这 学校 的 这 菲律宾 岛屿

供菲律宾群岛学校使用

[baɪ]
BY
经过

经过

['ædəlain] ['næp]
ADELINE **KNAPP**
阿德琳 克纳普

阿德琳·克纳普

['ɔːθər] [ʌv; əv] “ [ðə; ði] ['stɔːri] [ʌv; əv][ðə; ði] [fɪlə'piːnz]
AUTHOR **OF** **“** **THE** **STORY** **OF** **THE** **PHILIPPINES**
作者 的 “ 这 故事 的 这 菲律宾

《菲律宾的故事》的作者

” ['ɪləstreɪtɪd]
” **ILLUSTRATED**
” 插图

“插图

['sɪlvər] , ['bɜːdɪt] [ænd; ənd] ['kʌmpəni]
SILVER **,** **BURDETT** **AND** **COMPANY**
银 , 伯德特 和 公司

西尔弗、伯德特公司

[nuː] [jɔːk] ['bɔːstən; 'bɑːstən] [ʃɪ'kɑːgoʊ]
NEW **YORK** **BOSTON** **CHICAGO**
新的 约克 波士顿 芝加哥

纽约 波士顿 芝加哥

['kɑːpiraɪt] , - ,
Copyright **,** **1902** **,**
版权 , - ,

版权所有，1902年

[baɪ] ['sɪlvər] , ['bɜːdɪt] [ænd; ənd] COMPANY3
By **SILVER** **,** **BURDETT** **AND** **COMPANY3**
经过 银 , 伯德特 和 COMPANY3

由 SILVER、BURDETT AND COMPANY3 提供

['kɑ:ntents] .
CONTENTS .
内容 .

内容。

['tʃæptər] [peɪdʒ]
CHAPTER **PAGE**
章 页

章节页

[aɪ] . [ðə; ði]['hju:mən]['bɑ:di]['sɛvən]
I . **The** **Human** **Body** **7**
我 . 这 人类 身体 7

一、人体 7

[i:] .
II .
二 .

二、

[ðə; ði]['stɔ:ri][ʌv; əv]['wɔ:tər] -
The **Story** **of** **Water** **19**
这 故事 的 水 -

水的故事 19

[ˌaɪ'aɪ'aɪ] .
III .
三、 .

三、

[ə'baʊt] [fu:d] -
About **Food** **30**
关于 食物 -

关于食物 30

[ˌaɪ 'vi:] .
IV .
第四 .

四、

[ɔ:l] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [haʊs] -
All **Around** **the** **House** **44**
全部 大约 这 房子 -

家内外 44

[vi:] . ['aʊər; ɑ:r] [oʊn] [selvz] -
V . **Our** **Own** **Selves** **63**
V . 我们的 自己的 自我 -

五、我们自身 63

['vaɪ, 'vi:] .
VI .
六年级 .

六、

['pʌblɪk] ['haɪdʒi:n] -
Public **Hygiene** **815**
民众 卫生 -

公共卫生 815

[ˌilə'streiʃəns] .
ILLUSTRATIONS .
插图 .

插图。

[peɪdʒ]
PAGE
页

页

[ðə; ði] [skʌl] , [tʃest] , [ænd; ənd]['æbdəmən][eɪt]
The Skull , Chest , and Abdomen 8
这 颅骨 , 胸部 , 和 腹部 8

头骨、胸部和腹部 8

[ðə; ði][ˌsɜːrkjəˈleɪʃ(ə)n] -
The Circulation 11
这 循环 -

循环 11

[ðə; ði] [rɔːŋ] [weɪ] [tuː; tə] ['kæri] [ə; eɪ]['beɪbi] -
The Wrong Way to Carry a Baby 16
这 错误的 方式 到 携带 一个 婴儿 -

错误的抱婴儿方式 16

['gʌvərnər] - ['dʒen(ə)rəl] - -
Governor - general Carriedo 19
州长 - 一般的 - -

总督卡里埃多 19

['pʌmpɪŋ] ['steɪʃ(ə)n] , [məˈnɪlə] ['wɔːtərwɜːrks] -
Pumping Station , Manila Waterworks 20
抽水 车站 , 马尼拉 自来水厂 -

马尼拉自来水厂20号泵站

[ðə; ði] [rɔːŋ] [pleɪs] [fɔːr; fər][ə; eɪ]
The Wrong Place for a
这 错误的 地方 为了 一个

错误的地方

[wel] -
Well 23
出色地 -

23号井

[ə; eɪ]['bædli] [əˈreɪndʒd] ['mɑːrkɪt] -
A Badly Arranged Market 31
一个 糟糕 安排 市场 -

混乱的市场 31

[ə; eɪ]['mɑːrkɪt][æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] -
A Market as it should be 36
一个 市场 作为 它 应该 是 -

一个应有的市场 36

[æn; ən] [ʌnˈhelθfəl] [striːt] -
An Unhealthful Street 46
一个 不健康的 街道 -

不健康的街道 46

[kloʊðz] ['draɪɪŋ] [ɑːn][ðə; ði] [graʊnd] -
Clothes drying on the Ground 59
衣服 烘干 在 这 地面 -

晾晒在地上的衣物 59

[ðə; ði] [best] [weɪ] [tuː; tə][draɪ] [kloʊðz] -
The Best Way to dry Clothes 60
这 最好的 方式 到 干燥 衣服 -

晾干衣服的最佳方法 60

[ðə; ði] [skɪn] ['mægnɪfaɪd] -
The **Skin** **magnified** **66**
这 皮肤 放大 -

皮肤放大 66

[ðə; ði] [ɪr] -
The **Ear** **77**
这 耳朵 -

耳朵 77

[geɪt] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] [ʌn'helθfəl] [moʊld] -
Gate **covered** **with** **Unhealthful** **Mold** **847**
门 涵盖 和 不健康的 模具 -

大门上长满了有害霉菌 847

[haʊ] [tuː; tə][lɪv; laɪv] .
HOW **TO** **LIVE** **.**
如何 到 居住 .

如何生活。

['tʃæptər] [aɪ] .
CHAPTER **I** **.**
章 我 .

第一章

[ðə; ði]['hjuːmən] ['bɑːdi] .
THE **HUMAN** **BODY** **.**
这 人类 身体 .

人体。

[ɪn] [ə'merɪkə] , [wer] [ðeɪ] [meɪk] [ðə; ði] [best] [ˌloʊkə'moʊtɪv] ['endʒɪnz] [ɪn] [ðə; ði] [wɜːrld] ,
In **America** **,** **where** **they** **make** **the** **best** **locomotive** **engines** **in** **the** **world** **,**
在 美国 , 在哪里 他们 制作 这 最好的 机车 发动机 在 这 世界 ,

在美国，那里制造着世界上最好的机车发动机，

[ðeɪ] [seɪ] [ðæt] [ðə; ði] [laɪf] [ʌv; əv] [æn; ən] ['endʒɪn] [ɪz] [ə'baʊt] ['twenti] ['jɪrz] .
they **say** **that** **the** **life** **of** **an** **engine** **is** **about** **twenty** **years** **.**
他们 说 那 这 生活 的 一个 引擎 是 关于 二十 年 .

他们说发动机的寿命大约是二十年。

[ðæt] [ɪz] , [wen] [ðeɪ] [bɪld] [æn; ən] ['endʒɪn] ,
That **is** **,** **when** **they** **build** **an** **engine** **,**
那 是 , 什么时候 他们 建造 一个 引擎 ,

也就是说，当他们制造一台发动机时，

[ðeɪ] [noʊ] [ə'baʊt] [haʊ] [mʌtʃ] [wɜːrk] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [hæv; həv] [tuː; tə] [duː] [ænd; ənd] [wʌt] ['juːsɪdʒ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz]
they **know** **about** **how** **much** **work** **it** **will** **have** **to** **do** **and** **what** **usage** **it** **is**
他们 知道 关于 如何 很多 工作 它 将要 有 到 做 和 什么 用法 它 是
['laɪkli] [tuː; tə] [hæv; həv] .
likely **to** **have** **.**
可能 到 有 .

他们知道它需要完成多少工作，以及它可能有哪些用途。

[ðeɪ] [noʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['endʒɪn] [ɪz] [strɔːŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [duː] [sʌtʃ] [wɜːrk] [ænd; ənd] [stænd] [sʌtʃ]
They **know** **that** **the** **engine** **is** **strong** **enough** **to** **do** **such** **work** **and** **stand** **such**
他们 知道 那 这 引擎 是 强的 足够的 到 做 这样的 工作 和 站立 这样的
['juːsɪdʒ] [fɔːr; fər] ['twenti] ['jɪrz] .
usage **for** **twenty** **years** **.**
用法 为了 二十 年 .

他们知道这台发动机动力强劲，足以胜任这项工作，并且能够经受住二十年的高强度使用。

[soʊ] [ðeɪ] [seɪ] [ðæt] [ðə; ði] [leŋkθ; leŋθ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['ɛndʒənz] [laɪf] [ɪz] ['twenti] ['jɪrz] .

So	they	say	that	the	length	of	the	engine's	life	is	twenty	years	.
所以	他们	说	那	这	长度	的	这	发动机的	生活	是	二十	年	.

他们说发动机的使用寿命是二十年。

[naʊ] , [ə; eɪ] ['mænz] ['bɑ:di] [ɪz] , [ɪn] [ɪts] [wei] , [ə; eɪ] [mə'ʃi:n] .

Now	,	a	man's	body	is	,	in	its	way	,	a	machine	.
现在	,	一个	男人的	身体	是	,	在	它是	方式	,	一个	机器	.

从某种意义上说，人的身体就是一台机器。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [meɪd] [tu:; tə] [du:] ['sɜ:rt(ə)n] [wɜ:rk] , [ænd; ənd] [ɪf] [ˌaɪ 'ti:] [hæz; həz] [ðə; ði] [raɪt] [sɔ:rt] [ʌv; əv] [ker] ,

It	is	made	to	do	certain	work	,	and	if	it	has	the	right	sort	of	care	,
它	是	制成	到	做	肯定	工作	,	和	如果	它	有	这	正确的	种类	的	关心	,

它是为完成特定工作而设计的，如果得到适当的保养，

[ˌaɪ 'ti:] [ɔ:t] [tu:; tə] [bi:; bi] ['helθi] [ænd; ənd] [du:] [ðə; ði] [wɜ:rk] [rɪ'kwaɪərd] [ʌv; əv] [ˌaɪ 'ti:] ,

it	ought	to	be	healthy	and	do	the	work	required	of	it	,
它	应该	到	是	健康	和	做	这	工作	必需的	的	它	,

它应该健康，并且能够完成它应该做的工作。

[tu:; tə] [ðə; ði] [end] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['mænz] [laɪf] . [eɪt]

to	the	end	of	the	man's	life	.	8
到	这	结尾	的	这	男人的	生活	.	8

直至该男子生命的尽头。8

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] ['estɪmeɪtɪd] [ðæt] [ðə; ði] ['nætʃ(ə)rəl] [laɪf] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [mæn] [ɪz] ['sev(ə)nti] ['jɪrz] .

It	is	estimated	that	the	natural	life	of	a	man	is	seventy	years	.
它	是	估计的	那	这	自然的	生活	的	一个	男人	是	七十	年	.

据估计，人的自然寿命为七十岁。

[ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] [ɪz] [ɪn'tendɪd] [tu:; tə] [tel] [ˌju: 'es] [haʊ] [tu:; tə] [lɪv; laɪv] [ænd; ənd] ['sʌmθɪŋ] [ə'baʊt]

This	little	book	is	intended	to	tell	us	how	to	live	and	something	about
这	小的	书	是	故意的	到	告诉	我们	如何	到	居住	和	某物	关于

['kerɪŋ] [fɔ:r; fər] ['aʊər; ɑ:r] ['bɑ:dɪz] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [ʃæl; ʃəl] [læst] [æz; əz] [lɔ:ŋ] [æz; əz] ['pɑ:səb(ə)l] ,

caring	for	our	bodies	so	that	they	shall	last	as	long	as	possible	,
关怀	为了	我们的	身体	所以	那	他们	将	最后的	作为	长的	作为	可能的	,

这本小册子旨在告诉我们如何生活，以及如何保养身体，才能让身体尽可能长久地保持健康。

[ænd; ənd] [bi:; bi] ['redi] [ænd; ənd] ['eɪb(ə)l] [tu:; tə] [du:] [ðer; ðər] [wɜ:rk] [ɪn] [ðə; ði] [wɜ:rld] .

and	be	ready	and	able	to	do	their	work	in	the	world	.
和	是	准备好	和	有能力的	到	做	他们的	工作	在	这	世界	.

并做好准备，能够在世界上从事他们的工作。

[ðə; ði] [skʌl] , [tʃest] , [ænd; ənd] ['æbdəmən] .

The	Skull	,	Chest	,	and	Abdomen	.
这	颅骨	,	胸部	,	和	腹部	.

头骨、胸部和腹部。

[ɪn] [ə; eɪ] ['dʒen(ə)rəl] [wei] , [wi:; wi] [meɪ] [kəm'per] [ðə; ði] ['hju:mən] ['bɑ:di] [tu:; tə] [θri:] [kloʊzd] [bɑ:ksɪz] ,

In	a	general	way	,	we	may	compare	the	human	body	to	three	closed	boxes	,
在	一个	一般的	方式	,	我们	可能	比较	这	人类	身体	到	三	关闭	盒子	,

[wʌn] [ə'bʌv] [ə'nʌðər] .

one	above	another	.
一	多于	其他	.

从总体上看，我们可以把人体比作三个封闭的盒子，一个叠在另一个上面。

[ði:z] [bɑ:ksɪz] [ɑ:r; ər] [ðə; ði] [skʌl] , [ðə; ði] [tʃest] , [ænd; ənd] [ðə; ði] ['æbdəmən] .

These	boxes	are	the	skull	,	the	chest	,	and	the	abdomen	.
这些	盒子	是	这	颅骨	,	这	胸部	,	和	这	腹部	.

这些盒子分别代表头骨、胸部和腹部。

[iːtʃ] [wʌn][hæz; həz][ɪts] [oʊn] ['speʃ(ə)l]['kɑːntents] , [fɔːrmd] [tuː; tə][duː][ə; eɪ]['speʃ(ə)l][wɜːrk][fɔːr; fər][ðə; ði]

Each	one	has	its	own	special	contents	,	formed	to	do	a	special	work	for	the
每个	一	有	它是	自己的	特别的	内容	,	形成	到	做	一个	特别的	工作	为了	这

['bɑːdi] .

body	.
身体	.

每一种都有其独特的成分，旨在为身体发挥特殊作用。

[ðə; ði] [skʌl] [ɪz][ə; eɪ][hɑːrd] , ['boʊni] [keɪs] [meɪd] [tuː; tə][kən'teɪn][ðə; ði][breɪn] .

The	skull	is	a	hard	,	bony	case	made	to	contain	the	brain	.
这	颅骨	是	一个	难的	,	骨质	案件	制成	到	包含	这	脑	.

头骨是一个坚硬的骨质外壳，用来容纳大脑。

[ðɪs] [ɪz] [wer] [ðə; ði][maɪnd][laɪvz; lɪvz] ,

This	is	where	the	mind	lives	,
这	是	在哪里	这	头脑	生活	,

这是心灵居住的地方。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrk][ʌv; əv][ðə; ði][maɪnd][tuː; tə] [teɪk] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi]

and	it	is	part	of	the	work	of	the	mind	to	take	care	of	the	body
和	它	是	部分	的	这	工作	的	这	头脑	到	拿	关心	的	这	身体

[ænd; ənd][də'rekt][ɪts] ['muːvmənts] .

and	direct	its	movements	.
和	直接的	它是	移动	.

照顾身体并指导其运动是思维工作的一部分。

[ðə; ði][breɪn] [mein'teinz] [ə; eɪ][sɔːrt][ʌv; əv] ['telɪgræf] ['steɪʃ(ə)n] within9

The	brain	maintains	a	sort	of	telegraph	station	within9
这	脑	保持	一个	种类	的	电报	车站	within9

大脑内部维持着一个类似电报站的功能。

[ɪt'self] .

itself	.
本身	.

本身。

['waɪɝz, 'waɪrz] , [wɪtʃ] [wiː; wi][kɔːl] [nəːvs] , [brænʧ] [aʊt][frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]

Wires	,	which	we	call	nerves	,	branch	out	from	it	to	all	parts	of	the
电线	,	哪个	我们	称呼	神经	,	分支	出去	从	它	到	全部	部分	的	这

['bɑːdi] ,

body	,
身体	,

神经（我们称之为导线）从它延伸到身体的各个部位。

[ænd; ənd][ðə; ði][breɪn][ɪz] ['kɑːnstəntli] [rɪ'siːvɪŋ] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz]['oʊvər] [ðiːz] ['waɪɝz, 'waɪrz][ænd; ənd]

and	the	brain	is	constantly	receiving	messages	over	these	wires	and
和	这	脑	是	不断地	接收	消息	超过	这些	电线	和

['sendɪŋ] ['ʌðər] ['telɪŋ] [ðə; ði] ['mʌslz] [wʌt] [tuː; tə][duː] .

sending	others	telling	the	muscles	what	to	do	.
发送	其他的	讲述	这	肌肉	什么	到	做	.

大脑不断通过这些神经通路接收信息，并发送信息告诉肌肉该做什么。

[fɔːr; fər] ['ɪnstəns] , [ɪf] [ðə; ði][hænd] [kʌmz] [ɪn]['kɑːntækt][wɪð; wɪθ] ['sʌmθɪŋ] [hɑːt] ,

For	instance	,	if	the	hand	comes	in	contact	with	something	hot	,
为了	实例	,	如果	这	手	来	在	接触	和	某物	热的	,

例如，如果手接触到高温物体，

[ə; eɪ] ['mesɪdʒ] ['ɪnstəntli] [goʊz][tuː; tə][ðə; ði][breɪn] , ['telɪŋ] [ðɪs] [fækt] .

a	message	instantly	goes	to	the	brain	,	telling	this	fact	.
一个	信息	即刻	去	到	这	脑	,	讲述	这	事实	.

大脑立即接收到这一信息。

[ðə; ði] [breɪn] [sendz] [bæk] [wɜːrd] [tuː; tə] [teɪk] [ðə; ði] [hænd] [əˈweɪ] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [hænd] [ɪz] [wɪðˈdrɔːn] .

The	brain	sends	back	word	to	take	the	hand	away	,	and	the	hand	is	withdrawn	.
这	脑	发送	后退	单词	到	拿	这	手	离开	,	和	这	手	是	撤回	.

大脑发出指令让手拿开，手就缩回了。

[bʌt; bət] [ɔːl] [ðɪs] [ɪz] [dʌn] [soʊ] [ˈkwɪkli] [ðæt] [ðə; ði] [hænd] [siːmz] [tuː; tə] [biː; bi] [wɪðˈdrɔːn] [ðə; ði] [ˈveri]

But	all	this	is	done	so	quickly	that	the	hand	seems	to	be	withdrawn	the	very
但	全部	这	是	完毕	所以	迅速地	那	这	手	似乎	到	是	撤回	这	非常

[ˈɪnstənt] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː] [kʌmz] [ɪn] [ˈkɑːntækt] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [ˈfaɪər] .

instant	that	it	comes	in	contact	with	the	fire	.
立即的	那	它	来	在	接触	和	这	火	.

但这一切发生得如此之快，以至于手似乎在接触到火的瞬间就缩了回去。

[ðə; ði] [skʌl] [ɪz] [səˈpɔrtəd, səˈpɔrtɪd] [baɪ] [ðə; ði] [ˈbækboʊn] , [wɪtʃ] [kəˈnekts] [ˌaɪ ˈtiː] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [ˈsekənd]

The	skull	is	supported	by	the	backbone	,	which	connects	it	with	the	second
这	颅骨	是	有	经过	这	骨干	,	哪个	连接	它	和	这	第二

[kloʊzd] [bɑːks] .

closed	box	.
关闭	盒子	.

头骨由脊柱支撑，脊柱将其与第二个封闭的盒子连接起来。

[ðɪs] [ˈsekənd] [ˈkævəti] [ɪz] [ðə; ði] [tʃest] , [wɪtʃ] [ɪz] [ˈriːəli] [ə; eɪ] [sɔːrt] [ʌv; əv] [keɪdʒ] [fɔːrmd] [baɪ] [ðə; ði] [rɪbz] ,

This	second	cavity	is	the	chest	,	which	is	really	a	sort	of	cage	formed	by	the	ribs	,
这	第二	空腔	是	这	胸部	,	哪个	是	真的	一个	种类	的	笼	形成	经过	这	肋骨	,

第二个腔体是胸腔，它实际上是由肋骨形成的一个笼子。

[ðə; ði] [ˈbækboʊn] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [ˈbrestboʊn] .

the	backbone	,	and	the	breastbone	.
这	骨干	,	和	这	胸骨	.

脊柱和胸骨。

[ɪn] [ðə; ði] [tʃest] [ɑːr; ər] [ðə; ði] [hɑːrt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [lʌŋz] .

In	the	chest	are	the	heart	and	the	lungs	.
在	这	胸部	是	这	心	和	这	肺	.

胸腔内有心脏和肺。

[ðə; ði] [hɑːrt] [ɪz] [æn; ən] [ˈendʒɪn] .

The	heart	is	an	engine	.
这	心	是	一个	引擎	.

心脏是一台引擎。

[pʊt] [jʊr; jər] [hænd] [ˈoʊvər] [ˌaɪ ˈtiː] [ænd; ənd] [juː; jʊ] [kæn; kən] [fiːl] [ðə; ði] [ˈstedi] [θrɑːb] [ʌv; əv] [ɪts] [biːt] ,

Put	your	hand	over	it	and	you	can	feel	the	steady	throb	of	its	beat	,
放	你的	手	超过	它	和	你	能	感觉	这	稳定的	搏动	的	它是	打	,

把手放在上面，就能感觉到它稳定的脉动。

[deɪ] [ænd; ənd] [naɪt] .

day	and	night	.
天	和	夜晚	.

日夜。

[ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ˈwɜːrkɪŋ] [ɔːl] [ðə; ði] [taɪm] , [ˈweðər] [juː; jʊ] [ɑːr; ər] [əˈweɪk] [ɔːr] [əˈsliːp] .

It	is	working	all	the	time	,	whether	you	are	awake	or	asleep	.
它	是	在职的	全部	这	时间	,	无论	你	是	醒	或者	睡着了	.

它时刻都在工作，无论你醒着还是睡着。

[ðə; ði] [ˈbɪznəs] [ʌv; əv] [ðə; ði] [hɑːrt] [ɪz] [tuː; tə] [send] [blʌd] [tuː; tə] all10

The	business	of	the	heart	is	to	send	blood	to	all10
这	商业	的	这	心	是	到	发送	血	到	all10

心脏的功能是向全身输送血液。

[pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

parts	of	the	body	.
部分	的	这	身体	.

身体部位。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ]['draɪvɪŋ][ðə; ði] [blʌd] [θruː] [tjʊb] , [kɔːld] ['ɑːrtɝiːz] [ænd; ənd][veɪnz] ,

It	does	this	by	driving	the	blood	through	tubes	,	called	arteries	and	veins	,
它	做	这	经过	驾驶	这	血	通过	管子	,	称为	动脉	和	静脉	,

它通过驱动血液流经称为动脉和静脉的管道来实现这一功能。

[ðæt] [goʊ][ɔːl]['oʊvər][ðə; ði]['bɑːdi] .

that	go	all	over	the	body	.
那	去	全部	超过	这	身体	.

遍布全身。

[ðə; ði] ['ɑːrtɝiːz] [ɑːr; ər] [diːp] [daʊn] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] ['mʌslz] ,

The	arteries	are	deep	down	among	the	muscles	,
这	动脉	是	深的	向下	之中	这	肌肉	,

动脉位于肌肉深处。

[bʌt; bət][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði][veɪnz][ɑːr; ər][kloʊz][tuː; tə][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] .

but	some	of	the	veins	are	close	to	the	surface	.
但	一些	的	这	静脉	是	关闭	到	这	表面	.

但有些静脉靠近表面。

[wiː; wi][kæn; kən] [siː] [bluː] [veɪnz][æt; ət][ðə; ði] ['tɛmpəlz] [ænd; ənd][ɑːn][ðə; ði] [bæks] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]

We	can	see	blue	veins	at	the	temples	and	on	the	backs	of	our
我们	能	看	蓝色的	静脉	在	这	寺庙	和	在	这	背部	的	我们的

[hændz] .

hands	.
双手	.

我们可以看到太阳穴和手背上的蓝色血管。

[ɔːl][ðə; ði] [blʌd] [goʊz][tuː; tə] ['evri] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][wʌns][ɪn] [tuː] ['mɪnɪts] .

All	the	blood	goes	to	every	part	of	the	body	once	in	two	minutes	.
全部	这	血	去	到	每一个	部分	的	这	身体	一次	在	二	分钟	.

血液每两分钟流遍全身各个部位一次。

[ðə; ði] [fuːd] [wɪtʃ] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n] [iːts] [ɪz]['æktɪd][ə'pɑːn][baɪ][ðə; ði][daɪ'dʒestɪv]['fluːədz, 'fluːɪdz][ɪn][ðə; ði]

The	food	which	a	person	eats	is	acted	upon	by	the	digestive	fluids	in	the
这	食物	哪个	一个	人	吃	是	行动	之上	经过	这	消化	液体	在	这

['bɑːdi][ænd; ənd][ɪz] [tɜːrnd] ['oʊvər][ænd; ənd] [dɪ'zɑːlvd] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] ['fluːɪd][ɪt'self] .

body	and	is	turned	over	and	dissolved	until	it	becomes	fluid	itself	.
身体	和	是	转向	超过	和	溶解	直到	它	变成	体液	本身	.

人吃下的食物在体内受到消化液的作用，被分解、溶解，最终变成液体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] ['teɪkən][ʌp][baɪ][ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] ['kærid] [tuː; tə] ['dɪfrənt] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi]

It	is	then	taken	up	by	the	blood	and	carried	to	different	parts	of	the	body
它	是	然后	已采取	向上	经过	这	血	和	携带	到	不同的	部分	的	这	身体

,

,

,

然后它被血液吸收并输送到身体的不同部位。

[soʊ] [ðæt] [iːtʃ] ['ɔːrgən][ænd; ənd]['mʌs(ə)l] [gets] [wʌt] [ˌaɪ 'tiː] [niːdz] .

so	that	each	organ	and	muscle	gets	what	it	needs	.
所以	那	每个	器官	和	肌肉	获得	什么	它	需求	.

这样每个器官和肌肉都能获得所需的营养。

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [lɜːrn] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['leɪtər] , [dʒʌst] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [gets]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

We	shall	learn	,	a	little	later	,	just	how	the	food	gets	into	the	blood	.
我们	将	学习	,	一个	小的	之后	,	只是	如何	这	食物	获得	进入	这	血	.

稍后我们将了解到食物是如何进入血液的。

[wi:; wi][hæv; həv] [si:n] [ðæt] [ðə; ði] [hɑ:rt] [sendz] [ðə; ði] [blʌd] [aʊt] [θru:] ['ves(ə)lz] , [wɪtʃ] [ɑ:r; ər]

We	have	seen	that	the	heart	sends	the	blood	out	through	vessels	,	which	are
我们	有	已见	那	这	心	发送	这	血	出去	通过	船只	,	哪个	是

[kɔ:ld] ['ɑ:rtɚi:z] .

called	arteries	.
称为	动脉	.

我们已经看到，心脏通过血管（称为动脉）将血液输送到全身。

[ðɪs] [blʌd] ['stɑ:rts][frʌm; frəm][ðə; ði] [hɑ:rt] [braɪt] [red] , [fʊl] [ʌv; əv] [freʃ] [er] [ænd; ənd] [fu:d] [fɔ:r; fər]

This	blood	starts	from	the	heart	bright	red	,	full	of	fresh	air	and	food	for
这	血	开始	从	这	心	明亮的	红色的	,	满的	的	新鲜的	空气	和	食物	为了

[ðə; ði]['bɑ:di] .

the	body	.
这	身体	.

这种血液从心脏开始，呈鲜红色，充满了新鲜空气和身体所需的营养。

[æz; əz][ˌaɪ 'ti:][goʊz][ɑ:n][ɪts] ['dʒɜ:rni] ,

As	it	goes	on	its	journey	,
作为	它	去	在	它是	旅行	,

随着它的旅程继续，

[i:tʃ] ['tɪʃu:] [teɪks] [frʌm; frəm][ˌaɪ 'ti:] [wʌt] [ɪz] ['ni:dɪd] [tu:; tə] [ki:p] [ðæt] [pɑ:rt] ['helθi] ,

each	tissue	takes	from	it	what	is	needed	to	keep	that	part	healthy	,
每个	组织	需要	从	它	什么	是	需要	到	保持	那	部分	健康	,

每个组织都会从中吸收维持自身健康所需的物质。

[ænd; ənd][æt; ət][læst][ðə; ði] [blʌd] has11

and	at	last	the	blood	has11
和	在	最后的	这	血	has11

最后血液有11

['gɪv(ə)n] [aʊt] [ɔ:l][ðə; ði] [gʊd] [θɪŋz] [wɪð; wɪθ] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'ti:][wʌz; wəz] ['loʊdɪd] .

given	out	all	the	good	things	with	which	it	was	loaded	.
给定	出去	全部	这	好的	事物	和	哪个	它	曾是	已加载	.

它把里面所有美好的东西都分发出去了。

[ˌaɪ 'ti:][noʊ][lɔ:ŋgər] ['kæriz] [fu:d] [ænd; ənd] [freʃ] [er] ,

It	no	longer	carries	food	and	fresh	air	,
它	不	更长	携带	食物	和	新鲜的	空气	,

它不再运送食物和新鲜空气了。

[bʌt; bət][ɪz] [fʊl] [ʌv; əv][ðə; ði][im'pjuəritis]['teɪkən][ɪn][ɑ:n][ɪts] ['dʒɜ:rni] .

but	is	full	of	the	impurities	taken	in	on	its	journey	.
但	是	满的	的	这	杂质	已采取	在	在	它是	旅行	.

但它充满了旅途中吸收的杂质。

[ɪf] ['sʌmθɪŋ] [wɜ:r; wər][nɑ:t] [dʌn] [tu:; tə] [klenz] [ˌaɪ 'ti:] , [ðə; ði][mæn] [wʊd] [daɪ] .

If	something	were	not	done	to	cleanse	it	,	the	man	would	die	.
如果	某物	是	不是	完毕	到	洁净	它	,	这	男人	会	死	.

如果不采取措施清洗，这个人就会死。

[ðə; ði][ˌsɜ:rkjə'leɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] .

The	Circulation	of	the	Blood	.
这	循环	的	这	血	.

血液循环。

[ðə; ði] [blʌd] [ɪz] [fɔ:rst] [baɪ][ðə; ði] [hɑ:rt] [θru:] [ðə; ði] ['ɑ:rtɚi:z] ([blæk] [laɪnz]) ,

The	blood	is	forced	by	the	heart	through	the	arteries	(	black	lines	)	,
这	血	是	强制	经过	这	心	通过	这	动脉	(	黑色的	线条	)	,

心脏将血液泵入动脉（黑线），

[ænd; ənd] [rɪ'tɜ:rn] [tu:; tə][ˌaɪ 'ti:] [θru:] [ðə; ði][veɪnz] (['dɑ:tɪd] [laɪnz]) .

and	returns	to	it	through	the	veins	(	dotted	lines	)	.
和	返回	到	它	通过	这	静脉	(	虚线	线条	)	.

然后通过静脉（虚线）返回。

[ðə; ði] [ɪm'pjʊr] [blʌd] [floʊz] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['ɑ:rtɚi:z] ['ɪntu:][ðə; ði][veɪnz] [θru:] ['taɪni][kə'nælz] .

The	impure	blood	flows	from	the	arteries	into	the	veins	through	tiny	canals	.
这	不纯	血	流量	从	这	动脉	进入	这	静脉	通过	微小的	运河	.

不纯净的血液通过细小的管道从动脉流入静脉。

[ðə; ði][veɪnz][ɑ:r; ər] [tjʊb] ['sʌmθɪŋ] [laɪk][ðə; ði] ['ɑ:rtɚi:z] , [ænd; ənd] [ðeɪ] ['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli][laɪ][bɪ'saɪd]

The	veins	are	tubes	something	like	the	arteries	,	and	they	usually	lie	beside
这	静脉	是	管子	某物	喜欢	这	动脉	,	和	他们	通常	说谎	旁

[ðə; ði] ['ɑ:rtɚi:z] .

the	arteries	.
这	动脉	.

静脉是类似动脉的管道，通常位于动脉旁边。

[ðeɪ] [ænd; ənd][ðə; ði] ['ɑ:rtɚi:z] [ɑ:r; ər][laɪk][ðə; ði] [tu:] [træks] [ʌv; əv][ə; eɪ] [greɪt] ['reɪlweɪ] [laɪn] ,

They	and	the	arteries	are	like	the	two	tracks	of	a	great	railway	line	,
他们	和	这	动脉	是	喜欢	这	二	轨道	的	一个	伟大的	铁路	线	,

它们和动脉就像一条大型铁路线的两条轨道。

[wʌn]['goʊɪŋ][frʌm; frəm][ðə; ði][meɪn]['steɪʃ(ə)n] , [ðə; ði] [hɑ:rt] , [ðə; ði] ['ʌðər] ['kʌmɪŋ] [bæk] .

one	going	from	the	main	station	,	the	heart	,	the	other	coming	back	.
一	去	从	这	主要的	车站	,	这	心	,	这	其他	未来	后退	.

一个从主站（心脏站）出发，另一个返回。

[bʌt; bət][ðə; ði] [blʌd] [ɪn][ðə; ði][veɪnz][ɪz][nɑ:t][laɪk] [ðæt][ɪn][ðə; ði] ['ɑ:rtɚi:z] .

But	the	blood	in	the	veins	is	not	like	that	in	the	arteries	.
但	这	血	在	这	静脉	是	不是	喜欢	那	在	这	动脉	.

但静脉中的血液与动脉中的血液并不相同。

[ɪn'sted] [ʌv; əv] ['bi:ɪŋ] [braɪt] [red] , [ænd; ənd] ['helθi] - ['lʊkɪŋ] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz][dɑ:rk] ['kʌlərd] .

Instead	of	being	bright	red	,	and	healthy	-	looking	,	it	is	dark	colored	.
反而	的	存在	明亮的	红色的	,	和	健康	-	寻找	,	它	是	黑暗的	有色	.

它原本应该是鲜红色、看起来很健康的，但现在却是深色的。

[ˌaɪ 'ti:] [floʊz] [mɔ:r] ['sloʊli] , [ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [fʊl] [ʌv; əv] impurities12

It	flows	more	slowly	,	and	it	is	full	of	impurities12
它	流量	更多的	缓慢地	,	和	它	是	满的	的	impurities12

它的流速较慢，而且含有大量杂质[12]

[wɪtʃ] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['kæriɪŋ] [ə'weɪ] [frʌm; frəm][ðə; ði]['bɑ:di] .

which	it	is	carrying	away	from	the	body	.
哪个	它	是	携带	离开	从	这	身体	.

它正将它从体内带走。

[ðə; ði][veɪnz] ['kæri] [ðɪs] [blʌd] [tu:; tə][ðə; ði] [raɪt] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [hɑ:rt] ,

The	veins	carry	this	blood	to	the	right	side	of	the	heart	,
这	静脉	携带	这	血	到	这	正确的	边	的	这	心	,

静脉将血液输送到心脏的右侧，

[ænd; ənd][ðə; ði] [hɑ:rt] [sendz][ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][ðə; ði] [lʌŋz] .

and	the	heart	sends	it	to	the	lungs	.
和	这	心	发送	它	到	这	肺	.

心脏将血液输送到肺部。

[ðer; ðər][ɑ:r; ər] ['meni] [blʌd] ['ves(ə)lz][ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] ,

There	are	many	blood	vessels	in	the	lungs	,
那里	是	许多	血	船只	在	这	肺	,

肺部有很多血管。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [ɑːr; ər][dɪˈvaɪdɪd]['ɪntuː] ['brænʧɪz] ['rʌnɪŋ] [ɪn] ['evri] [dəˈrekʃn; daɪˈrekʃn] [θruː] [ðə; ði]

and	they	are	divided	into	branches	running	in	every	direction	through	the
和	他们	是	分割	进入	分支	跑步	在	每一个	方向	通过	这

[lʌŋ] ['tɪʃuː] .

lung	tissue	.
肺	组织	.

它们分成许多分支，向各个方向延伸到肺组织中。

[wen] [wiː; wi] [drɔː] [ɪn][ə; eɪ] [diːp] [breθ] , [wiː; wi] [fɪl] [ðə; ði] [lʌŋz] [wɪð; wɪθ] [freʃ] [er] .

When	we	draw	in	a	deep	breath	,	we	fill	the	lungs	with	fresh	air	.
什么时候	我们	画	在	一个	深的	气息	,	我们	充满	这	肺	和	新鲜的	空气	.

当我们深吸一口气时，肺部就会充满新鲜空气。

[ðɪs] [ɪz][æt; ət][wʌns]['teɪkən][ʌp][baɪ][ðə; ði] [ɪmˈpjʊr] [blʌd] [ɪn][ðə; ði] ['brænʧɪŋ] [blʌd] ['ves(ə)lz] .

This	is	at	once	taken	up	by	the	impure	blood	in	the	branching	blood	vessels	.
这	是	在	一次	已采取	向上	经过	这	不纯	血	在	这	分枝	血	船只	.

这些物质会立即被分支血管中的不纯净血液吸收。

[ðə; ði][imˈpjuəritis][ɑːr; ər] [briːðd] [aʊt][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [er] [ðæt] [liːvz] ['aʊər; ɑːr] [lʌŋz] ,

The	impurities	are	breathed	out	with	the	air	that	leaves	our	lungs	,
这	杂质	是	呼吸	出去	和	这	空气	那	树叶	我们的	肺	,

杂质会随着我们呼出的空气排出肺部。

[ænd; ənd][ðə; ði] [blʌd] [wʌns] [mɔːr] [bɪˈkʌmz] [braɪt] [red] [ænd; ənd] [fʊl] [ʌv; əv] [nuː] [laɪf] .

and	the	blood	once	more	becomes	bright	red	and	full	of	new	life	.
和	这	血	一次	更多的	变成	明亮的	红色的	和	满的	的	新的	生活	.

血液再次变得鲜红，充满了新生的活力。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [ðə; ði] [blʌd] [ɪz][pjʊrəˌfaɪd] .

In	this	way	the	blood	is	purified	.
在	这	方式	这	血	是	纯化	.

这样血液就得到了净化。

[ðen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][sent] [bæk] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːrt] , [ɔːl] ['redi] [tuː; tə][stɑːrt][aʊt] [ə'gen] [θruː] [ðə; ði]['bɑːdi]

Then	it	is	sent	back	to	the	heart	,	all	ready	to	start	out	again	through	the	body
然后	它	是	发送	后退	到	这	心	,	全部	准备好	到	开始	出去	再次	通过	这	身体

.

:
.

然后血液被送回心脏，准备再次流遍全身。

[ðə; ði] [hoʊl] ['dʒɜːrni] [ɪz] [meɪd] ['evri] [tuː] ['mɪnɪts] .

The	whole	journey	is	made	every	two	minutes	.
这	所有的	旅行	是	制成	每一个	二	分钟	.

整个行程每两分钟重复一次。

[ðə; ði][θɜːrd][bɑːks] , [wɪtʃ] [wiː; wi][kɔːl][ðə; ði][æbˈdɑːmɪn(ə)l]['kævəti] , [ɪz] ['sepəreɪtɪd] [frʌm; frəm][ðə; ði]

The	third	box	,	which	we	call	the	abdominal	cavity	,	is	separated	from	the
这	第三	盒子	,	哪个	我们	称呼	这	腹部	空腔	,	是	分开	从	这

[tʃest] [baɪ][ə; eɪ] [brɔːd] ,

chest	by	a	broad	,
胸部	经过	一个	广阔	,

第三个腔室，我们称之为腹腔，与胸腔之间由宽阔的胸壁隔开。

[θɪn] ['mʌs(ə)l] , [ðə; ði] ['daɪəfræm] .

thin	muscle	,	the	diaphragm	.
薄的	肌肉	,	这	隔膜	.

膈肌，这块薄薄的肌肉。

[ðə; ði]['æbdəmən][hæz; həz][ə; eɪ][hɑːrd] [flɔːr] [ʌv; əv][boʊn] , [bʌt; bət][ðə; ði] [wɔːlz] [ɑːr; ər][sɔːft] ,

The	abdomen	has	a	hard	floor	of	bone	,	but	the	walls	are	soft	,
这	腹部	有	一个	难的	地面	的	骨	,	但	这	墙壁	是	柔软的	,

腹部底部是坚硬的骨头，但腹壁很柔软。

['biːɪŋ] [meɪd] [ʌp]['oʊnli][ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd][ðə; ði]['loʊər] [rɪbz] .

being	**made**	**up**	**only**	**of**	**the**	**muscles**	**and**	**the**	**lower**	**ribs**	**.**
存在	制成	向上	仅有的	的	这	肌肉	和	这	降低	肋骨	.

仅由肌肉和下肋骨组成。

[ɪn][ðə; ði]['æbdəmən][ɑːr; ər][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] [ɪn'testɪnz] , [ðə; ði]['lɪvər] , -

In	**the**	**abdomen**	**are**	**the**	**stomach**	**and**	**intestines**	**,**	**the**	**liver**	**,**	**13**
在	这	腹部	是	这	胃	和	肠子	,	这	肝	,	-

腹部有胃、肠、肝脏，13

['kidniz] , [ænd; ənd] ['ʌðər] ['ɔrgənz][ʌv; əv] [wɪtʃ] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [lɜːrn] ['leɪtər] .

kidneys	**,**	**and**	**other**	**organs**	**of**	**which**	**we**	**shall**	**learn**	**later**	**.**
肾脏	,	和	其他	器官	的	哪个	我们	将	学习	之后	.

肾脏，以及其他我们以后会了解到的器官。

[fuːd] [ɪz] ['kærid] [frʌm; frəm][ðə; ði] [maʊθ] [tuː; tə][ðə; ði] ['stʌmək] [baɪ][ðə; ði]['mʌskjələr] [tuːb] [wɪtʃ]

Food	**is**	**carried**	**from**	**the**	**mouth**	**to**	**the**	**stomach**	**by**	**the**	**muscular**	**tube**	**which**
食物	是	携带	从	这	嘴	到	这	胃	经过	这	肌肉发达的	管子	哪个

['paːsiz] [θruː] [ðə; ði] [tʃest] [dʒʌst] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] ['brestboʊn] .

passes	**through**	**the**	**chest**	**just**	**back**	**of**	**the**	**breastbone**	**.**
通过	通过	这	胸部	只是	后退	的	这	胸骨	.

食物通过位于胸骨后方、穿过胸腔的肌肉管道从口腔输送到胃部。

[ðɪs] [tuːb] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [ɪ'sɑːfəgəs] .

This	**tube**	**is**	**called**	**the**	**esophagus**	**.**
这	管子	是	称为	这	食管	.

这条管子叫做食道。

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] [maʊθ] , [ðə; ði] ['stʌmək] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['baʊəlz] , [ˌaɪ 'tiː][fɔːrmz] [wʌt] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði]

With	**the**	**mouth**	**,**	**the**	**stomach**	**,**	**and**	**the**	**bowels**	**,**	**it**	**forms**	**what**	**is**	**called**	**the**
和	这	嘴	,	这	胃	,	和	这	肠道	,	它	表格	什么	是	称为	这

[fuːd] [kə'næl] .

food	**canal**	**.**
食物	运河	.

它与口腔、胃和肠道共同构成食道。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [fuːd] ['entərz][ðə; ði] [maʊθ] , [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə][tɜːrn][frʌm; frəm]['sɑːlɪd]

As	**soon**	**as**	**the**	**food**	**enters**	**the**	**mouth**	**,**	**it**	**begins**	**to**	**turn**	**from**	**solid**
作为	很快	作为	这	食物	进入	这	嘴	,	它	开始	到	转动	从	坚硬的

['ɪntuː]['lɪkwɪd][fɔːrm] ,

into	**liquid**	**form**	**,**
进入	液体	形式	,

食物一进入口腔，就开始由固态转化为液态。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [blʌd] [kæn; kən] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː][ʌp] .

so	**that**	**the**	**blood**	**can**	**take**	**it**	**up**	**.**
所以	那	这	血	能	拿	它	向上	.

这样血液才能将其吸收。

[wiː; wi] [tʃuːː] [ðə; ði] [fuːd] , [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [bɪ'kʌm] [mɪkst] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][sə'laɪvə][ɪn][ðə; ði]

We	**chew**	**the**	**food**	**,**	**so**	**that**	**it**	**may**	**become**	**mixed**	**with**	**the**	**saliva**	**in**	**the**
我们	嚼	这	食物	,	所以	那	它	可能	变得	混合	和	这	唾液	在	这

[maʊθ] ;

mouth	**;**
嘴	;

我们咀嚼食物，使其与口腔中的唾液混合；

[ðen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['swɑːloʊd] [ænd; ənd][goʊz]['ɪntuː][ðə; ði] ['stʌmək] .

then	**it**	**is**	**swallowed**	**and**	**goes**	**into**	**the**	**stomach**	**.**
然后	它	是	吞咽	和	去	进入	这	胃	.

然后被吞咽并进入胃里。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ][kaɪnd][ʌv; əv] [sæk] [wɪtʃ] [hoʊldz][ə'baʊt][ə; eɪ][kwɔːrt] .

This	is	a	kind	of	sack	which	holds	about	a	quart	.
这	是	一个	种类	的	解雇	哪个	持有	关于	一个	夸脱	.

这是一种容量大约为一夸脱的袋子。

[dʒʌst][æz; əz][sə'laɪvə][ɪz] [sɪ'kriːtɪd] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ] [ænd; ənd][ækts][ə'pɑːn][ðə; ði] [fuːd] ,

Just	as	saliva	is	secreted	in	the	mouth	and	acts	upon	the	food	,
只是	作为	唾液	是	分泌物	在	这	嘴	和	行为	之上	这	食物	,

就像唾液在口腔中分泌并作用于食物一样，

[soʊ][ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ]['fluːɪd] [kɔːld] [ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs] , [wɪtʃ] [eɪdz][daɪ'dʒestʃən] .

so	in	the	stomach	there	is	a	fluid	called	the	gastric	juice	,	which	aids	digestion	.
所以	在	这	胃	那里	是	一个	体液	称为	这	胃	汁	,	哪个	艾滋病	消化	.

胃里有一种叫做胃液的液体，它有助于消化。

[ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs]['mɪksɪz][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [fuːd] , [diˈzɔlvz] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː][sɔːft] ,

The	gastric	juice	mixes	with	the	food	,	dissolves	it	,	and	makes	it	soft	,
这	胃	汁	混合	和	这	食物	,	溶解	它	,	和	制作	它	柔软的	,

胃液与食物混合，将其溶解并软化。

[soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən] [pæs] [θruː] [ðə; ði] ['loʊər] ['oʊpənɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] ['ɪntuː][ðə; ði]

so	that	it	can	pass	through	the	lower	opening	of	the	stomach	into	the
所以	那	它	能	经过	通过	这	降低	开幕	的	这	胃	进入	这

[ɪn'testɪnz] .

intestines	.
肠子	.

这样它就能通过胃的下开口进入肠道。

[hɪr] [ðer; ðər][ɑːr; ər] ['ʌðər] [dʒuːsiz] [wɪtʃ] [dɪ'zɑːlv] [stɪl] [mɔːr] [ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] ,

Here	there	are	other	juices	which	dissolve	still	more	of	the	food	,
这里	那里	是	其他	果汁	哪个	溶解	仍然	更多的	的	这	食物	,

这里还有其他一些汁液，可以溶解更多的食物。

[ʌn'tɪl][æt; ət][læst][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɔːl]['lɪkwɪd][ænd; ənd] [lʊks] [laɪk] [mɪlk] . -

until	at	last	it	is	all	liquid	and	looks	like	milk	.	14
直到	在	最后的	它	是	全部	液体	和	看起来	喜欢	牛奶	.	-

直到最后全部变成液体，看起来像牛奶。14

[naʊ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['teɪkən][ʌp][baɪ][ðə; ði] [blʌd] [θruː] ['taɪni][kə'nælz] [ðæt] [riːtʃ] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði]

Now	it	is	taken	up	by	the	blood	through	tiny	canals	that	reach	down	into	the
现在	它	是	已采取	向上	经过	这	血	通过	微小的	运河	那	抵达	向下	进入	这

[ɪn'testɪnz] [ænd; ənd][əb'zɔːrb][ˌaɪ 'tiː] .

intestines	and	absorb	it	.
肠子	和	吸收	它	.

现在，它通过细小的管道进入肠道，被血液吸收。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] ['riːəli] [ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [jet] .

But	it	is	not	really	a	part	of	the	blood	yet	.
但	它	是	不是	真的	一个	部分	的	这	血	然而	.

但它目前还不是血液的一部分。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [tʃeɪndʒd] [stɪl] ['fɜːrðər] , [soʊ][ðə; ði] [blʌd] ['kæriz] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ðə; ði]['lɪvər] .

It	must	be	changed	still	further	,	so	the	blood	carries	it	to	the	liver	.
它	必须	是	已更改	仍然	更远	,	所以	这	血	携带	它	到	这	肝	.

它必须进一步转化，才能被血液输送到肝脏。

[hɪr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] ,

Here	it	is	made	a	part	of	the	blood	,
这里	它	是	制成	一个	部分	的	这	血	,

在这里，它成为了血液的一部分。

[ænd; ənd][ɪz]['eɪb(ə)l][tu:; tə] ['nɜ:rɪʃ] [ɔ:l][pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] .

and	is	able	to	nourish	all	parts	of	the	body	.
和	是	有能力的	到	滋养	全部	部分	的	这	身体	.

并且能够滋养身体的各个部位。

[ɔ:l][ðə; ði] [fu:d] [ðæt] ['kænɑ:t][bi:; bi] [dɪ'zɑ:lvd] [ɪz][ˌɪndɪ'dʒestəbl] , [ænd; ənd][ðə; ði]['bɑ:di][mʌst; məst][get]

All	the	food	that	cannot	be	dissolved	is	indigestible	,	and	the	body	must	get
全部	这	食物	那	不能	是	溶解	是	难以消化的	,	和	这	身体	必须	得到

[rɪd][ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:] .

rid	of	it	.
摆脱	的	它	.

所有不能被溶解的食物都是无法消化的，身体必须将其排出体外。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:]['pa:siz] [ɔ:f][æz; əz]['sɑ:lɪd] ['mætər] , [baɪ] [wei] [ʌv; əv][ðə; ði] ['baʊəlz] ;

Some	of	it	passes	off	as	solid	matter	,	by	way	of	the	bowels	;
一些	的	它	通过	离开	作为	坚硬的	事情	,	经过	方式	的	这	肠道	;

其中一些物质会通过肠道以固体形式排出体外；

[sʌm; səm][ɪz][gɑ:t][rɪd][ʌv; əv] [θru:] [ðə; ði] ['jʊrɪn] ; [sʌm; səm][goʊz] [aʊt][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [breθ] ,

some	is	got	rid	of	through	the	urine	;	some	goes	out	with	the	breath	,
一些	是	得到	摆脱	的	通过	这	尿	;	一些	去	出去	和	这	气息	,

一部分通过尿液排出；一部分随呼吸排出。

[æz; əz][wi:; wi][hæv; həv] [si:n] ; [ænd; ənd][ə; eɪ] [greɪt] [di:l] [goʊz] [ɔ:f][ɪn][ðə; ði] [ˌpɜ:rspə'reɪʃn] .

as	we	have	seen	;	and	a	great	deal	goes	off	in	the	perspiration	.
作为	我们	有	已见	;	和	一个	伟大的	交易	去	离开	在	这	汗	.

正如我们所看到的；汗水中会流失很多物质。

[ðɪs] [ɪz] [waɪ] [wi:; wi] [ni:d] [tu:; tə] [beɪð] ['aʊər; ɑ:r] ['bɑ:dɪz] [ænd; ənd][tu:; tə] [wɑ:ʃ] ['aʊər; ɑ:r] ['kloʊðɪŋ] .

This	is	why	we	need	to	bathe	our	bodies	and	to	wash	our	clothing	.
这	是	为什么	我们	需要	到	洗澡	我们的	身体	和	到	洗	我们的	衣服	.

这就是为什么我们需要洗澡和洗衣服的原因。

[ðə; ði] [ˌpɜ:rspə'reɪʃn] [brɪŋz] [ðə; ði][bæd] ['mætər] [tu:; tə][ðə; ði] ['sɜ:rfɪs] ,

The	perspiration	brings	the	bad	matter	to	the	surface	,
这	汗	带来	这	坏的	事情	到	这	表面	,

汗水会将污浊的物质带到表面。

[wer] [ˌaɪ 'ti:] [klɪŋz] [tu:; tə][ðə; ði][skɪn][ænd; ənd][ðə; ði] ['kloʊðɪŋ] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [rɪ'mu:vd] [baɪ] ['wɑ:ʃɪŋ]

where	it	clings	to	the	skin	and	the	clothing	until	it	is	removed	by	washing
在哪里	它	黏附	到	这	皮肤	和	这	衣服	直到	它	是	已移除	经过	洗涤

.

:

.

它会附着在皮肤和衣物上，直到被洗涤去除。

[bʌt; bət] [ðɪs] ['sɪri:z] [ʌv; əv][bɑ:ksɪz] , [wɪtʃ] [wi:; wi][kɔ:l][ðə; ði] [hed] [ænd; ənd] [trʌŋk] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] ,

But	this	series	of	boxes	,	which	we	call	the	head	and	trunk	of	the	body	,
但	这	系列	的	盒子	,	哪个	我们	称呼	这	头	和	树干	的	这	身体	,

但是，我们称这一系列盒子为身体的头部和躯干，

[wʊd] [bi:; bi] ['veri] ['helpləs] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði][legz][ænd; ənd][ɑ:rmz][tu:; tə] ['kæri] [ðem; ðəm][ə'baʊt]

would	be	very	helpless	without	the	legs	and	arms	to	carry	them	about
会	是	非常	无助	没有	这	腿	和	武器	到	携带	他们	关于

[ænd; ənd][tu:; tə][weɪt][ə'pɑ:n][ðem; ðəm] .

and	to	wait	upon	them	.
和	到	等待	之上	他们	.

如果没有腿和胳膊来搬运和照顾他们，他们会非常无助。

['teɪkən][ɔ:l] [tə'geðər] , [ðə; ði] [hed] , [trʌŋk] , [ænd; ənd] [lɪmz] [fɔ:rm][ðə; ði]['bɑ:di] .

Taken	all	together	,	the	head	,	trunk	,	and	limbs	form	the	body	.
已采取	全部	一起	,	这	头	,	树干	,	和	四肢	形式	这	身体	.

头部、躯干和四肢共同构成身体。

[ðə; ði] ['freɪmwɜːrk] , [wɪtʃ] [wiː; wi] call15

The	framework	,	which	we	call15
这	框架	,	哪个	我们	call15

该框架，我们称之为15

[ðə; ði]['skelɪt(ə)n] , [ɪz] [meɪd] [ʌp][ʌv; əv][boʊnz] .

the	skeleton	,	is	made	up	of	bones	.
这	骨骼	,	是	制成	向上	的	骨头	.

骨骼是由骨头组成的。

[ðiːz] [boʊnz][ɑːr; ər][laɪk][ðə; ði] ['freɪmwɜːrk] [ʌv; əv][ə; eɪ] [haʊs] ,

These	bones	are	like	the	framework	of	a	house	,
这些	骨头	是	喜欢	这	框架	的	一个	房子	,

这些骨头就像房子的框架一样，

— [ðeɪ] [kiːp] [ðə; ði]['bɑːdi] ['ʌpraɪt] [ænd; ənd] [sə'pɔːrt] [ðə; ði] ['mʌslz] .

—	they	keep	the	body	upright	and	support	the	muscles	.
—	他们	保持	这	身体	直立	和	支持	这	肌肉	.

—它们使身体保持直立，并支撑肌肉。

[ɪn] [jʌŋ] ['piːp(ə)l][ðə; ði][boʊnz][ɑːr; ər][sɔːft][ænd; ənd][ɪ'læstɪk] .

In	young	people	the	bones	are	soft	and	elastic	.
在	年轻的	人们	这	骨头	是	柔软的	和	松紧带	.

年轻人的骨骼柔软而富有弹性。

[ə; eɪ]['beɪbi]['ɔːf(ə)n][hæz; həz][fɔːlz] [ðæt] [wʊd] [breɪk] [ðə; ði][boʊnz][ʌv; əv][ə; eɪ] [groʊn] ['pɜːrs(ə)n] ,

A	baby	often	has	falls	that	would	break	the	bones	of	a	grown	person	,
一个	婴儿	经常	有	瀑布	那	会	休息	这	骨头	的	一个	生长	人	,

婴儿摔倒时，如果摔倒，很可能会造成成年人骨折。

[bʌt; bət][ðə; ði]['beɪbiːz][boʊnz][ɑːr; ər][nɑːt]['broʊkən][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] [jet] ['hɑrdnd] .

but	the	baby's	bones	are	not	broken	because	they	are	not	yet	hardened	.
但	这	婴儿的	骨头	是	不是	破碎的	因为	他们	是	不是	然而	硬化	.

但婴儿的骨头没有断裂，因为它们还没有硬化。

[ðɪs] [ɪz][æn; ən] [əd'væntɪdʒ] , [fɔːr; fər] ['tʃɪldrən] [get][ə; eɪ] [greɪt] ['meni] [mɔːr] [fɔːlz][ðæn; ðən] [groʊn]

This	is	an	advantage	,	for	children	get	a	great	many	more	falls	than	grown
这	是	一个	优势	,	为了	孩子们	得到	一个	伟大的	许多	更多的	瀑布	比	生长

['piːp(ə)l][duː] ,

people	do	,
人们	做	,

这是一个优势，因为儿童摔倒的次数远比成年人多。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi][hɑːrd][fɔːr; fər][ðem; ðəm] [ɪf] [ðə; ði][boʊnz][wɜːr; wər]['broʊkən][æz; əz] ['iːzəli]

and	it	would	be	hard	for	them	if	the	bones	were	broken	as	easily
和	它	会	是	难的	为了	他们	如果	这	骨头	是	破碎的	作为	容易地

.

:

.

如果骨头这么容易断，那对他们来说就太难了。

[bʌt; bət] [ɪf] ['tʃɪldrənz] [boʊnz][duː][nɑːt] [breɪk] , [ðeɪ] [bend] ,

But	if	children's	bones	do	not	break	,	they	bend	,
但	如果	孩子们的	骨头	做	不是	休息	,	他们	弯曲	,

但如果孩子的骨头不骨折，它们就会弯曲。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['iːzi] [fɔːr; fər][ðem; ðəm][tuː; tə] [groʊ] ['ɪntuː][bæd] [ʃeɪp] .

and	it	is	easy	for	them	to	grow	into	bad	shape	.
和	它	是	简单的	为了	他们	到	生长	进入	坏的	形状	.

而且它们很容易变得状况不佳。

[ɪf] ['tʃɪldrən] [duː][nɑːt][sɪt][ʌp] [streɪt] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [raʊnd] - ['ʃoʊldərd] ,

If	children	do	not	sit	up	straight	they	become	round	-	shouldered	,
如果	孩子们	做	不是	坐	向上	直的	他们	变得	圆形的	-	肩部	,

如果孩子坐姿不端正，就会驼背。

[ænd; ənd] ['meni] ['tʃɪldrən] [get]['ɪntuː][ðə; ðɪ]['hæbɪt][ʌv; əv] ['kæriɪŋ] [wʌn] ['ʃoʊldər] ['haɪər] [ðæn; ðən]

and	many	children	get	into	the	habit	of	carrying	one	shoulder	higher	than
和	许多	孩子们	得到	进入	这	习惯	的	携带	一	肩膀	更高	比

[ðə; ðɪ] ['ʌðər] .

the	other	.
这	其他	.

很多孩子养成了一侧肩膀比另一侧肩膀高耸的习惯。

['ɔːf(ə)n] , [tuː] , [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['kerləs] [ə'baʊt] ['wɔːkɪŋ] [ænd; ənd] ['sɪtɪŋ] ['prɑːpərli] . -

Often	,	too	,	they	are	careless	about	walking	and	sitting	properly	.	16
经常	,	也	,	他们	是	粗心	关于	步行	和	坐着	适当地	.	-

他们往往也不注意走路和坐姿的正确性。16

[ðə; ðɪ] [rɔːŋ] [weɪ] [tuː; tə] ['kæri] [ə; eɪ]['beɪbi] .

The	Wrong	Way	to	Carry	a	Baby	.
这	错误的	方式	到	携带	一个	婴儿	.

错误的抱孩子方式。

[ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] , [wer] ['nɪrli] [ɔːl] [weɪts] [ɑːr; ər] ['kærid] [ɑːn][ðə; ðɪ] [hed] ,

In	this	country	,	where	nearly	all	weights	are	carried	on	the	head	,
在	这	国家	,	在哪里	几乎	全部	重量	是	携带	在	这	头	,

在这个国家，几乎所有重物都是顶在头上的，

[wiː; wi] ['rerli] [siː] [ə; eɪ][mæn] [huː] [dʌz] [nɑːt] ['kæri] [hɪz; ɪz] [hed] [ænd; ənd] ['ʃəuldəz] [wel] .

we	rarely	see	a	man	who	does	not	carry	his	head	and	shoulders	well	.
我们	很少	看	一个	男人	WHO	做	不是	携带	他的	头	和	肩膀	出色地	.

我们很少见到一个男人不挺直腰杆，肩膀耸得不好看。

[hiː; hi] [ləːnz] [ɪn] ['tʃaɪldhʊd] [tuː; tə] [kiːp] [hɪz; ɪz] ['ʃəuldəz] ['iːv(ə)n][ænd; ənd][tuː; tə][hoʊld][hɪz; ɪz] [hed]

He	learns	in	childhood	to	keep	his	shoulders	even	and	to	hold	his	head
他	学习	在	童年	到	保持	他的	肩膀	甚至	和	到	抓住	他的	头

[ʌp] .

up	.
向上	.

他从小就学会保持肩膀挺直，昂首挺胸。

[bʌt; bət][ðer; ðər][ɪz][wʌn] ['kʌstəm] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] ['kʌntri] [wɪtʃ] [prɪ'vɛnts, priː'vɛnts][ðə; ðɪ]['piːp(ə)l]

But	there	is	one	custom	of	the	country	which	prevents	the	people
但	那里	是	一	风俗	的	这	国家	哪个	阻止	这	人们

[frʌm; frəm] ['wɔːkɪŋ] [wel] .

from	walking	well	.
从	步行	出色地	.

但该国有一种习俗阻碍了人们正常行走。

[ðɪs] [ɪz][ðə; ðɪ] ['præktɪs] [ʌv; əv] ['kæriɪŋ] ['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [ɑːn][ðə; ðɪ] [hɪp] .

This	is	the	practice	of	carrying	little	children	on	the	hip	.
这	是	这	实践	的	携带	小的	孩子们	在	这	时髦的	.

这是将幼儿抱在髋部的习俗。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][bæd][fɔːr; fər][ðə; ðɪ] ['tʃɪldrən] ,

It	is	bad	for	the	children	,
它	是	坏的	为了	这	孩子们	,

这对孩子不好。

[æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [streɪnz] [ðə; ðɪ] ['mʌslz] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] ['loʊər] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ðɪ] [bæk] ,

as	it	strains	the	muscles	of	the	lower	part	of	the	back	,
作为	它	菌株	这	肌肉	的	这	降低	部分	的	这	后退	,

因为它会拉伤下背部的肌肉，

[ænd; ənd] [bendz] [ðə; ði] [sɔ:ft] ['lɪt(ə)l] [boʊnz] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [du:] [nɑ:t] [groʊ] [streɪt] [æz; əz] [ðeɪ]

and	bends	the	soft	little	bones	so	that	they	do	not	grow	straight	as	they
和	弯曲	这	柔软的	小的	骨头	所以	那	他们	做	不是	生长	直的	作为	他们

['nætʃ(ə)rəli] [wʊd] .

naturally	would	.
自然	会	.

并使柔软的小骨头弯曲，使其无法像自然生长那样笔直生长。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [bæd] , [tu:] , [fɔ:r; fər] [ðə; ði] ['pɜ:rs(ə)n] [hu:] ['kæriz] [ðə; ði] [tʃaɪld] .

It	is	bad	,	too	,	for	the	person	who	carries	the	child	.
它	是	坏的	,	也	,	为了	这	人	WHO	携带	这	孩子	.

对孕妇来说也不好。

[ðə; ði] ['bɑ:di] [ɪz] [θroʊn] [tu:; tə] [wʌn] [saɪd] ,

The	body	is	thrown	to	one	side	,
这	身体	是	抛掷	到	一	边	,

尸体被甩到一边，

[ðə; ði] [weɪt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tʃaɪld] ['prɛsəz, 'prɛsɪz] [ðə; ði] [sɔ:ft] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['æbdəmən] ['daʊnwərd] ,

the	weight	of	the	child	presses	the	soft	organs	of	the	abdomen	downward	,
这	重量	的	这	孩子	出版社	这	柔软的	器官	的	这	腹部	向下	,

孩子的重量会向下压迫腹部柔软的器官。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [ɪ'fekt] [ɪz] ['ɔ:f(ə)n] ['sɪriəs] .

and	the	effect	is	often	serious	.
和	这	影响	是	经常	严肃的	.

而且其后果往往很严重。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] ['veri] [bæd] [ɪn'di:d] [fɔ:r; fər] [wʌn] [tʃaɪld] [tu:; tə] ['kæri] [ə'nʌðər] [ðɪs] [weɪ] .

It	is	very	bad	indeed	for	one	child	to	carry	another	this	way	.
它	是	非常	坏的	的确	为了	一	孩子	到	携带	其他	这	方式	.

一个孩子以这种方式怀上另一个孩子，确实非常糟糕。

['beɪbi:z] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] ['kærid] [ɪn] [ðə; ði] [ɑ:rmz] , [æz; əz] [ˌjʊrə'pi:ən] ['tʃɪldrən] [ɑ:r; ər] . -

Babies	should	be	carried	in	the	arms	,	as	European	children	are	.	17
婴儿	应该	是	携带	在	这	武器	,	作为	欧洲的	孩子们	是	.	-

婴儿应该像欧洲儿童一样被抱在怀里。17

[wen] [wi:; wi] [wɔ:k] ,

When	we	walk	,
什么时候	我们	走	,

当我们行走时，

[wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] [let] [ðə; ði] [weɪt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑ:di] [rest] [ɑ:n] [ðə; ði] [səʊls] [ʌv; əv] [ðə; ði] [fi:t] .

we	should	let	the	weight	of	the	body	rest	on	the	soles	of	the	feet	.
我们	应该	让	这	重量	的	这	身体	休息	在	这	鞋底	的	这	脚	.

我们应该让身体的重量落在脚底。

[wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] [lɪft] [ðə; ði] [fʊt] [fri:] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [graʊnd] [ænd; ənd] ['kæri] [ˌaɪ 'ti:] [streɪt] ['fɔ:rwərd]

We	should	lift	the	foot	free	from	the	ground	and	carry	it	straight	forward
我们	应该	举起	这	脚	自由的	从	这	地面	和	携带	它	直的	向前

[wen] [wi:; wi] [step] .

when	we	step	.
什么时候	我们	步	.

走路时，我们应该将脚抬离地面，并笔直地向前迈步。

[sʌm; səm] [deɪ] ,

Some	day	,
一些	天	,

总有一天，

[ɪf] [juː; jʊ] [wɪl] ['stʌdi] [ðə; ði] ['dɪfrəns] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [wɔːk] [ʌv; əv][ə; eɪ] [gʊd] [hɔːrs] [ænd; ənd] [ðæt]
if **you** **will** **study** **the** **difference** **between** **the** **walk** **of** **a** **good** **horse** **and** **that**
如果 你 将要 学习 这 不同之处 之间 这 走 的 一个 好的 马 和 那
[ʌv; əv][ə; eɪ][ˌkærə'beiəu] ,
of **a** **carabao** **,**
的 一个 水牛 ,

如果你仔细研究一下良马和水牛的步态区别，

[juː; jʊ] [wɪl] [siː] [haʊ] [ə; eɪ][mæn][ʃʊd; ʃəd] [wɔːk] .
you **will** **see** **how** **a** **man** **should** **walk** **.**
你 将要 看 如何 一个 男人 应该 走 .

你会看到一个男人应该如何走路。

[ðə; ði] [hɔːrs] [lɪfts] [hɪz; ɪz][haɪnd] [fʊt] , ['kæriz] [ˌaɪ 'tiː] [streɪt] ['fɔːrwərd] ,
The **horse** **lifts** **his** **hind** **foot** **,** **carries** **it** **straight** **forward** **,**
这 马 电梯 他的 后 脚 , 携带 它 直的 向前 ,

马抬起后蹄，笔直向前迈去。

[ænd; ənd] [sets] [ˌaɪ 'tiː] [daʊn] ['ɔːlmoʊst][ɪg'zæktli][ɪn][ðə; ði] [prɪnt] [hɪz; ɪz] [frʌnt] [fʊt] [meɪd] .
and **sets** **it** **down** **almost** **exactly** **in** **the** **print** **his** **front** **foot** **made** **.**
和 套 它 向下 几乎 确切地 在 这 打印 他的 正面 脚 制成 .

他几乎完全按照前脚留下的脚印把它放了下去。

[ðə; ði][ˌkærə'beiəu] [lɪfts] [hɪz; ɪz][haɪnd] [fʊt] , [swɪŋz] [ˌaɪ 'tiː] ['aʊtwərd] [ɪn][æn; ən] ['ɔːkwərd] [kɜːrv] ,
The **carabao** **lifts** **his** **hind** **foot** **,** **swings** **it** **outward** **in** **an** **awkward** **curve** **,**
这 水牛 电梯 他的 后 脚 , 摇摆 它 向外 在 一个 尴尬的 曲线 ,

水牛抬起后蹄，笨拙地向外摆动，画出一个弧线。

[brɪŋz] [ˌaɪ 'tiː] [bæk] ['ɪntuː] [laɪn] , [ænd; ənd] [sets] [ˌaɪ 'tiː] [daʊn] [ɪn] [mʌtʃ] [ðə; ði] [seɪm] [wei] [æz; əz][ðə; ði]
brings **it** **back** **into** **line** **,** **and** **sets** **it** **down** **in** **much** **the** **same** **way** **as** **the**
带来 它 后退 进入 线 , 和 套 它 向下 在 很多 这 相同的 方式 作为 这
[hɔːrs] .
horse **.**
马 .

把它拉回正轨，然后像放下马一样把它放下来。

[bʌt; bət][hiː; hi]['luːzɪz][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [taɪm] ['swɪŋɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] ['aʊtwərd] , [ænd; ənd][hiː; hi] [lʊks] ['veri] ['klʌmzi] ,
But **he** **loses** **a** **little** **time** **swinging** **it** **outward** **,** **and** **he** **looks** **very** **clumsy** **,**
但 他 失败 一个 小的 时间 摇摆 它 向外 , 和 他 看起来 非常 笨拙 ,
[æz; əz] [wel] .
as **well** **.**
作为 出色地 .

但他向外挥动球杆时耽搁了一会儿，而且看起来很笨拙。

[naʊ] , [sʌm; səm]['piːp(ə)l] , [ɪn'sted] [ʌv; əv] ['wɔːkɪŋ] [laɪk] ['hɔːrsɪz] , [wɔːk] [laɪk][ˌkærə'beiəu] .
Now **,** **some** **people** **,** **instead** **of** **walking** **like** **horses** **,** **walk** **like** **carabaos** **.**
现在 , 一些 人们 , 反而 的 步行 喜欢 马匹 , 走 喜欢 水牛 .

现在，有些人走路不像马那样，反而像水牛那样。

[ðeɪ] ['skʌf(ə)l] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] [striːt] [wɪð; wɪθ] ['drægɪŋ] [steps] , ['roʊlɪŋ] [ðer; ðər][hɪps] , [ænd; ənd]
They **scuffle** **along** **the** **street** **with** **dragging** **steps** **,** **rolling** **their** **hips** **,** **and**
他们 扭打 沿着 这 街道 和 拖拽 步骤 , 滚动 他们的 臀部 , 和
['swɪŋɪŋ] [ðer; ðər] [fiːt] ['aʊtwərd] ,
swinging **their** **feet** **outward** **,**
摇摆 他们的 脚 向外 ,

他们拖着脚步，扭动着臀部，向外摆动双脚，在街上艰难地走着。

[dʒʌst][æz; əz] [ðiːz] ['ænɪmlz] [duː] .
just **as** **these** **animals** **do** **.**
只是 作为 这些 动物 做 .

就像这些动物一样。

[ðeɪ] [lʊk] ['leɪzi][ænd; ənd] ['klʌmzi] , [ænd; ənd][æz; əz] [ɪf] [ðeɪ] [kʊd; kəd]['hɑ:rdli][hoʊld][ðer; ðər]['bɑ:dɪz]

They	look	lazy	and	clumsy	,	and	as	if	they	could	hardly	hold	their	bodies
他们	看	懒惰的	和	笨拙	,	和	作为	如果	他们	可以	几乎	抓住	他们的	身体

[tə'geðər] .

together	.
一起	.

他们看起来懒散笨拙，好像连自己的身体都快支撑不住了。

['pi:p(ə)l][ʃʊd; ʃəd] [lɜ:rn] [tu:; tə] [wɔ:k] [wel] [waɪl] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] [jʌŋ] . -

People	should	learn	to	walk	well	while	they	are	young	.	18
人们	应该	学习	到	走	出色地	尽管	他们	是	年轻的	.	-

人们应该从小就学会好好走路。18

[ðə; ðɪ][boʊnz][ɑ:r; ər] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] ['mʌslz] , [wɪtʃ] [ɑ:r; ər] [wʌt] [wi:; wi] [mi:n] [wen] [wi:; wi] [seɪ]

The	bones	are	covered	with	muscles	,	which	are	what	we	mean	when	we	say
这	骨头	是	涵盖	和	肌肉	,	哪个	是	什么	我们	意思是	什么时候	我们	说

[ðə; ðɪ] [fleʃ] .

the	flesh	.
这	肉	.

骨头上覆盖着肌肉，这就是我们所说的"肉"。

[ðer; ðər][ɑ:r; ər][ə; eɪ] [greɪt] ['meni] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ðɪ]['bɑ:di] .

There	are	a	great	many	muscles	in	the	body	.
那里	是	一个	伟大的	许多	肌肉	在	这	身体	.

人体有很多肌肉。

[ðeɪ] [gɪv] [ˌaɪ 'ti:] [ʃeɪp] [ænd; ənd] [mu:v] [ˌaɪ 'ti:][ə'baʊt] .

They	give	it	shape	and	move	it	about	.
他们	给	它	形状	和	移动	它	关于	.

它们赋予它形状并移动它。

[wen] [wi:; wi][bend][æn; ən][ɑ:rm][ɔ:r][ə; eɪ]['fɪŋgər] , [wi:; wi][du:][ˌaɪ 'ti:][baɪ][ðə; ðɪ]['ækʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ðɪ]

When	we	bend	an	arm	or	a	finger	,	we	do	it	by	the	action	of	the
什么时候	我们	弯曲	一个	手臂	或者	一个	手指	,	我们	做	它	经过	这	行动	的	这

['mʌslz] .

muscles	.
肌肉	.

当我们弯曲手臂或手指时，是通过肌肉的运动来实现的。

[ðə; ðɪ][breɪn] [telz] [ðə; ðɪ] ['mʌslz] [haʊ] [tu:; tə][ækt] , [æz; əz][wi:; wi][hæv; həv] [si:n] .

The	brain	tells	the	muscles	how	to	act	,	as	we	have	seen	.
这	脑	讲述	这	肌肉	如何	到	行为	,	作为	我们	有	已见	.

正如我们所见，大脑会告诉肌肉如何行动。

[ˌaɪ 'ti:] [sendz] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz] [ə'lɔ:ŋ] [ðə; ðɪ] [nə:vs] , [ænd; ənd][ðə; ðɪ] ['mʌslz] [ə'beɪ] .

It	sends	messages	along	the	nerves	,	and	the	muscles	obey	.
它	发送	消息	沿着	这	神经	,	和	这	肌肉	服从	.

它沿着神经传递信息，肌肉便会服从。

[wi:; wi][kæn; kən] [meɪk] ['aʊər; ɑ:r] ['mʌslz] [strɔ:ŋ] [baɪ]['eksərsaɪz] , [bʌt; bət] [ɪf] [wi:; wi][du:][nɑ:t][ju:z]

We	can	make	our	muscles	strong	by	exercise	,	but	if	we	do	not	use
我们	能	制作	我们的	肌肉	强的	经过	锻炼	,	但	如果	我们	做	不是	使用

[ðem; ðəm] [ɪ'nʌf] ,

them	enough	,
他们	足够的	,

我们可以通过锻炼来增强肌肉力量，但如果我们不经常使用它们，

[ðeɪ] [wɪl] [groʊ] [wi:k] [ænd; ənd][sɔ:ft] .

they	will	grow	weak	and	soft	.
他们	将要	生长	虚弱的	和	柔软的	.

它们会变得虚弱柔软。

['kwestʃənz] .
QUESTIONS .
问题 .

问题。

[haʊ] [dʌz] [ðə; ði] [breɪn] [send] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz] [tu:; tə] [ðə; ði] ['dɪfrənt] [pɑ:rts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑ:di] ?
How does the brain send messages to the different parts of the body ?
如何 做 这 脑 发送 消息 到 这 不同的 部分 的 这 身体 ?

大脑如何向身体各个部位发送信息?

[wʌt] [dʌz] [ðə; ði] [hɑ:rt] [du:] ?
What does the heart do ?
什么 做 这 心 做 ?

心脏的功能是什么?

[wʌt] [dʌz] [ðə; ði] [blʌd] [teɪk] [ʌp] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['bɑ:di] ?
What does the blood take up from the body ?
什么 做 这 血 拿 向上 从 这 身体 ?

血液从身体各处吸收什么?

[haʊ] [dʌz] [ˌaɪ 'ti:] [get] [rɪd] [ʌv; əv] [im'pjuəritis] ?
How does it get rid of impurities ?
如何 做 它 得到 摆脱 的 杂质 ?

它是如何去除杂质的?

[wʌt] [bɪ'kʌmz] [ʌv; əv] [fu:d] ['æftər] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] ['swɑ:loʊd] ?
What becomes of food after it is swallowed ?
什么 变成 的 食物 后 它 是 吞咽 ?

食物被吞咽后会发生什么变化?

[haʊ] [ɑ:r; ər] [ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [tʃaɪld] ['dɪfrənt] [frʌm; frəm] [ðoʊz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [groʊn] ['pɜ:rs(ə)n] ?
How are the bones of a child different from those of a grown person ?
如何 是 这 骨头 的 一个 孩子 不同的 从 那些 的 一个 生长 人 ?

儿童的骨骼与成人的骨骼有何不同?

[haʊ] [dʌz] [ˌaɪ 'ti:] [hɜ:rt] [ðə; ði] [boʊnz] [tu:; tə] [sɪt] [ɔ:r] [stænd] ['bædli] ?
How does it hurt the bones to sit or stand badly ?
如何 做 它 伤害 这 骨头 到 坐 或者 站立 糟糕 ?

坐姿或站姿不当会对骨骼造成哪些伤害?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wi:; wi] [sɪt] [ʌp] [streɪt] ?
Why should we sit up straight ?
为什么 应该 我们 坐 向上 直的 ?

我们为什么要坐直?

[haʊ] [ɔ:t] ['beɪbi:z] [tu:; tə] [bi:; bi] ['kærid] ?
How ought babies to be carried ?
如何 应该 婴儿 到 是 携带 ?

应该如何抱婴儿?

[waɪ] [ɪz] [ˌaɪ 'ti:] ['hɜ:rtfl] [tu:; tə] ['kæri] [ðem; ðəm] [ɑ:n] [ðə; ði] [hɪp] ?
Why is it hurtful to carry them on the hip ?
为什么 是 它 伤人的 到 携带 他们 在 这 时髦的 ?

为什么把它们放在髋部会感到疼痛?

[wʌt] [du:] [wi:; wi] [kɔ:l] [ðə; ði] ['mʌslz] ?
What do we call the muscles ?
什么 做 我们 称呼 这 肌肉 ?

肌肉叫什么?

[wʌt] [ɑ:r; ər] [ðer; ðər] ['ju:zɪz] ?
What are their uses ?
什么 是 他们的 用途 ?

它们有什么用途?

[haʊ] [kæn; kən][wiː; wi] [meɪk] ['aʊər; ɑːr] ['mʌslz] [strɔːŋ] ? -

How	can	we	make	our	muscles	strong	?	19
如何	能	我们	制作	我们的	肌肉	强的	?	-

如何增强肌肉力量? 19

['tʃæptər] [iː] .

CHAPTER	II	.
章	二	.

第二章

[ðə; ði] ['stɔːri] [ʌv; əv] ['wɔːtər] .

THE	STORY	OF	WATER	.
这	故事	的	水	.

水的故事。

['gʌvərnər] - ['dʒen(ə)rəl] -

Governor	-	General	Carriedo
州长	-	一般的	-

总督卡里埃多

[huː] [geɪv] [mə'nɪlə][hɜːr; hər] ['wɔːtərwɜːrks] .

Who	gave	Manila	her	waterworks	.
WHO	给予	马尼拉	她	自来水厂	.

谁赋予了马尼拉这座水城?

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ][ðer; ðər][wʌz; wəz][ə; eɪ][waɪz] ['gʌvərnər] - ['dʒen(ə)rəl][ɪn][ðə; ði] ['fɪlɪpiːn] ['aɪləndz] ,

Many	years	ago	there	was	a	wise	governor	-	general	in	the	Philippine	Islands	,
许多	年	前	那里	曾是	一个	明智的	州长	-	一般的	在	这	菲律宾	岛屿	,

很多年前，菲律宾群岛有一位睿智的总督。

[huː] [left][ə; eɪ][lɑːrdʒ][sʌm; səm][ʌv; əv] ['mʌni] [tuː; tə][ðə; ði]['sɪti] [ʌv; əv][mə'nɪlə] .

who	left	a	large	sum	of	money	to	the	city	of	Manila	.
WHO	左边	一个	大的	和	的	钱	到	这	城市	的	马尼拉	.

他给马尼拉市留下了一大笔钱。

[ðɪs] ['mʌni] [wʌz; wəz][tuː; tə][biː; bi][pʊt] [aʊt][æt; ət] ['ɪntrəst] [ænd; ənd] [ə'laʊd] [tuː; tə] [ɪn'kriːs] ,

This	money	was	to	be	put	out	at	interest	and	allowed	to	increase	,
这	钱	曾是	到	是	放	出去	在	兴趣	和	允许	到	增加	,

这笔钱将用于投资并赚取利息，使其增值。

[ænd; ənd][ɪn][hɪz; ɪz] [wɪl] [ðə; ði] ['gʌvərnər] - ['dʒen(ə)rəl][də'rektɪd] [ðæt] [wen] [ðer; ðər][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ə; eɪ]

and	in	his	will	the	governor	-	general	directed	that	when	there	should	be	a
和	在	他的	将要	这	州长	-	一般的	指导	那	什么时候	那里	应该	是	一个

[lɑːrdʒ] [ɪ'nʌf] [sʌm; səm] ,

large	enough	sum	,
大的	足够的	和	,

总督在遗嘱中指示，当积累到足够多的资金时，

[ˌaɪ 'tiː] should20

it	should20
它	should20

它应该20

[biː; bi] [juːst] [tuː; tə] [bɪld] ['wɔːtərwɜːrks] [fɔːr; fər][ðə; ði] ['sɪti] [ʌv; əv][mə'nɪlə] .

be	used	to	build	waterworks	for	the	city	of	Manila	.
是	用过的	到	建造	自来水厂	为了	这	城市	的	马尼拉	.

用于为马尼拉市建造自来水厂。

['pʌmpɪŋ] ['steɪʃ(ə)n] , [mə'nɪlə] ['wɔːtərwɜːrks] .

Pumping	Station	,	Manila	Waterworks	.
抽水	车站	,	马尼拉	自来水厂	.

马尼拉自来水厂泵站。

[ðə; ði] ['wɔːtərwɜːrks] [wɜːr; wər] [nɑːt] [bɪlt] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['jɪrz] ['æftər] [ðə; ði] ['gʌvərnər] - ['dʒen(ə)rəl] [daɪd] .

The	waterworks	were	not	built	until	a	hundred	years	after	the	governor	-	general	died	.
这	自来水厂	是	不是	建造	直到	一个	百	年	后	这	州长	-	一般的	死亡	.

自来水厂是在总督去世一百年后才建成的。

[ɪn] - [ə'nʌðər] [waɪz] ['gʌvərnər] - ['dʒen(ə)rəl] [keɪm] [tuː; tə] [ðə; ði] ['aɪləndz] ,

In	1872	another	wise	governor	-	general	came	to	the	islands	,
在	-	其他	明智的	州长	-	一般的	来了	到	这	岛屿	,

1872年，另一位英明的总督来到了这些岛屿。

[ænd; ənd] ['lɜːrnɪŋ] [ʌv; əv] [ðɪs] ['mʌni] [wɪtʃ] [hæd; həd] [bɪn] [left] ,

and	learning	of	this	money	which	had	been	left	,
和	学习	的	这	钱	哪个	有	到过	左边	,

得知有人留下了这笔钱后，

[hiː; hi] [æt; ət] [wʌns] [set] [tuː; tə] [wɜːrk] [tuː; tə] [prə'vaɪd] [ðə; ði] ['sɪti] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['wɔːtər] [sə'plaɪ] .

he	at	once	set	to	work	to	provide	the	city	with	a	water	supply	.
他	在	一次	放	到	工作	到	提供	这	城市	和	一个	水	供应	.

他立即着手为这座城市提供供水。

[ðɪs] [wʌz; wəz] [wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [best] [θɪŋz] [ðæt] ['evər] ['hæpənd] [tuː; tə] [mə'nɪlə] .

This	was	one	of	the	best	things	that	ever	happened	to	Manila	.
这	曾是	一	的	这	最好的	事物	那	曾经	发生	到	马尼拉	.

这是马尼拉历史上最美好的事情之一。

[ɪn] [ðə; ði] tropics21

In	the	tropics21
在	这	tropics21

在热带地区21

['nʌθɪŋ] [ɪz] [mɔːr] [ɪm'pɔːrt(ə)nt] [ðæn; ðən] [pjʊr] ['wɔːtər] .

nothing	is	more	important	than	pure	water	.
没有什么	是	更多的	重要的	比	纯的	水	.

没有什么比纯净水更重要。

[ðer; ðər] [ɪz] [ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ʌv; əv] ['wɔːtər] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

There	is	a	great	deal	of	water	in	the	body	.
那里	是	一个	伟大的	交易	的	水	在	这	身体	.

人体内含有大量水分。

[ɪn] [fækt] , [θriː] [fɔːθs] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɪz] [meɪd] [ʌp] [ʌv; əv] ['wɔːtər] .

In	fact	,	three	fourths	of	the	body	is	made	up	of	water	.
在	事实	,	三	第四部分	的	这	身体	是	制成	向上	的	水	.

事实上，人体四分之三是由水组成的。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ɪn] [ðə; ði] [blʌd] , [ɪn] [ðə; ði] ['mʌslz] , [ænd; ənd] [ɪn] [ðə; ði] [boʊnz] .

It	is	in	the	blood	,	in	the	muscles	,	and	in	the	bones	.
它	是	在	这	血	,	在	这	肌肉	,	和	在	这	骨头	.

它存在于血液中、肌肉中和骨骼中。

[ðer; ðər] [ɪz] ['iːv(ə)n] [sʌm; səm] ['wɔːtər] [ɪn] [ðə; ði] [ɪ'næm(ə)l] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tiːθ] ,

There	is	even	some	water	in	the	enamel	of	the	teeth	,
那里	是	甚至	一些	水	在	这	搪瓷	的	这	牙齿	,

牙齿珐琅质中甚至还含有一些水分。

[wɪtʃ] [ɪz] [ðə; ði] ['hɑːrdɪst; 'hɑːrdəst] ['sʌbstəns] [ɪn] [ðə; ði] [hoʊl] ['bɑːdi] .

which	is	the	hardest	substance	in	the	whole	body	.
哪个	是	这	最难	物质	在	这	所有的	身体	.

它是人体内最坚硬的物质。

[ðə; ði][daɪˈdʒestɪv][dʒuːsiz] , [ðə; ði][səˈlaɪvə] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['dɪfrənt] [ˌɪnˈtestɪnəl][dʒuːsiz] ,

The	digestive	juices	,	the	saliva	,	and	the	different	intestinal	juices	,
这	消化	果汁	,	这	唾液	,	和	这	不同的	肠	果汁	,

消化液、唾液和各种肠液，

[ɔːl] [help] [tuː; tə] [dɪˈzɑːlv] [sʌm; səm][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] [wɪtʃ] [wiː; wi] [teɪk] .

all	help	to	dissolve	some	part	of	the	food	which	we	take	.
全部	帮助	到	溶解	一些	部分	的	这	食物	哪个	我们	拿	.

它们都有助于溶解我们摄入的部分食物。

[tuː; tə][əbˈteɪn] [ðɪs] ['paʊər] [tuː; tə] [dɪˈzɑːlv] [ðə; ði] [fuːd] , [ðeɪ] [dɪˈpend] [əˈpɑːn]['wɔːtər] .

To	obtain	this	power	to	dissolve	the	food	,	they	depend	upon	water	.
到	获得	这	力量	到	溶解	这	食物	,	他们	依赖	之上	水	.

为了获得溶解食物的能力，它们依赖于水。

[wen] [ə; eɪ][mæn][ɪz] ['θɜːrsti] , [ˌaɪ 'tiː] [siːmz] [tuː; tə][hɪm; ɪm] [ðæt] [hɪz; ɪz] [θroʊt] [ɪz][draɪ] .

When	a	man	is	thirsty	,	it	seems	to	him	that	his	throat	is	dry	.
什么时候	一个	男人	是	渴	,	它	似乎	到	他	那	他的	喉	是	干燥	.

人感到口渴时，会觉得喉咙干涩。

[bʌt; bət] ['draɪnəs] [ʌv; əv][ðə; ði] [θroʊt] [ɪz]['oʊnli][ə; eɪ][saɪn][baɪ] [wɪtʃ] [ðə; ði]['bɑːdi] [meɪks] [noʊn] [ɪts]

But	dryness	of	the	throat	is	only	a	sign	by	which	the	body	makes	known	its
但	干燥	的	这	喉	是	仅有的	一个	符号	经过	哪个	这	身体	制作	已知	它是

[niːd] .

need	.
需要	.

但喉咙干燥只是身体发出的一种信号，表明它需要补充水分。

[θɜːrst] [ɪz][ðə; ði][kraɪ][ʌv; əv][ðə; ði]['fluːədz, 'fluːɪdz][ænd; ənd]['tɪsjuːz, 'tɪʃuːz][fɔːr; fər]['wɔːtər] .

Thirst	is	the	cry	of	the	fluids	and	tissues	for	water	.
口渴	是	这	哭	的	这	液体	和	组织	为了	水	.

口渴是体液和组织对水的渴望。

[ˌaɪ 'tiː] [miːnz] [ðæt] [sʌm; səm][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] ['sʌfərɪŋ] [fɔːr; fər][ðə; ði] ['preʃəs] ['fluːɪd] .

It	means	that	some	part	of	the	body	is	suffering	for	the	precious	fluid	.
它	方法	那	一些	部分	的	这	身体	是	痛苦	为了	这	宝贵的	体液	.

这意味着身体的某些部位正在遭受体液不足的困扰。

[ɪf] [wiː; wi] [lʊk] [æt; ət][ə; eɪ][drɑːp][ʌv; əv]['wɔːtər]['ʌndər][ə; eɪ]['maɪkrəskoʊp] , [wɪtʃ] ['mægnifaiz][ˌaɪ 'tiː]

If	we	look	at	a	drop	of	water	under	a	microscope	,	which	magnifies	it
如果	我们	看	在	一个	降低	的	水	在下面	一个	显微镜	,	哪个	放大	它

['meni] [taɪmz] ,

many	times	,
许多	时代	,

如果我们用显微镜观察一滴水，显微镜可以将其放大很多倍，

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [siː] [ɪn][ðə; ði]['wɔːtər][ə; eɪ] [greɪt] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['muːvɪŋ] [speks] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['riːəli]

we	shall	see	in	the	water	a	great	number	of	moving	specks	which	are	really
我们	将	看	在	这	水	一个	伟大的	数字	的	移动	斑点	哪个	是	真的

['lɪt(ə)l] ['ænɪmlz] . -

little	animals	.	22
小的	动物	.	-

我们将在水中看到大量移动的小点，它们实际上是微小的动物。22

[ðə; ði] ['ænɪmlz] [ɑːr; ər][soʊ] [smɔːl] [ðæt] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv][ðem; ðəm][kæn; kən][lɪv; laɪv][ɪn][ə; eɪ]

The	animals	are	so	small	that	thousands	of	them	can	live	in	a
这	动物	是	所以	小的	那	数千	的	他们	能	居住	在	一个

['sɪŋg(ə)l][drɑːp][ʌv; əv]['wɔːtər][æz; əz] ['hæpɪli] [æz; əz] [ðeɪ] [kʊd; kəd][ɪn][ə; eɪ] [hoʊl] ['oʊʃ(ə)n][ʌv; əv] [ruːm] .

single	drop	of	water	as	happily	as	they	could	in	a	whole	ocean	of	room	.
单身的	降低	的	水	作为	快乐地	作为	他们	可以	在	一个	所有的	海洋	的	房间	.

这些动物体型非常小，成千上万只动物可以在一滴水中快乐地生活，就像它们可以在一整片海洋中一样。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [kɔːld] [dʒəːmz] .

They	are	called	germs	.
他们	是	称为	细菌	.

它们被称为细菌。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðem; ðəm][ɑːr; ər] ['hoʊlsəm] : [ðeɪ] [help][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði]['wɔːtər] [braɪt] [ænd; ənd]

Some	of	them	are	wholesome	:	they	help	to	keep	the	water	bright	and
一些	的	他们	是	健康	:	他们	帮助	到	保持	这	水	明亮的	和

['spɑːrklɪŋ] [ænd; ənd] [swiːt] ,

sparkling	and	sweet	,
闪闪发光	和	甜的	,

有些物质有益健康：它们有助于保持水质清澈、闪亮、甘甜。

[ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] ['plez(ə)nt] [tuː; tə][ðə; ði] [teɪst] .

and	make	it	pleasant	to	the	taste	.
和	制作	它	令人愉快的	到	这	品尝	.

并使其口感宜人。

[bʌt; bət][sʌm; səm][ʌv; əv][ðem; ðəm][ɑːr; ər] ['veri] ['hɑːrmf(ə)l] : [ðeɪ] [prə'duːs] ['meni] [kaɪndz][ʌv; əv] [dɪ'ziːz]

But	some	of	them	are	very	harmful	:	they	produce	many	kinds	of	disease
但	一些	的	他们	是	非常	有害	:	他们	生产	许多	种类	的	疾病

,

,

,

但其中一些危害极大：它们会引发多种疾病。

[moʊst][ʌv; əv] [wɪtʃ] [kɔːz] [deθ] .

most	of	which	cause	death	.
最多	的	哪个	原因	死亡	.

其中大多数会导致死亡。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv] [ðiːz] [dʒəːmz] [ðæt] ['piːp(ə)l] , [pər'tɪkjələrli] [ɪn]['trɑːpɪk(ə)l] ['kʌntriz] ,

It	is	because	of	these	germs	that	people	,	particularly	in	tropical	countries	,
它	是	因为	的	这些	细菌	那	人们	,	特别	在	热带	国家	,

正是由于这些细菌，人们，特别是热带国家的人们，

[hæv; həv][tuː; tə][biː; bi][soʊ] ['kerf(ə)l] [ə'baʊt][ðə; ði]['wɔːtər] [ðeɪ] [drɪŋk] .

have	to	be	so	careful	about	the	water	they	drink	.
有	到	是	所以	小心	关于	这	水	他们	喝	.

他们必须非常注意饮用水的安全。

[ðə; ði] ['pjʊrɪst] ['wɔːtər] [ðæt] [wiː; wi][hæv; həv][ɪz] [kliːn] [reɪn] ['wɔːtər] .

The	purest	water	that	we	have	is	clean	rain	water	.
这	最纯净的	水	那	我们	有	是	干净的	雨	水	.

我们所拥有的最纯净的水是干净的雨水。

[ðɪs] [ɪz][ðə; ði]['veɪpər] [wɪtʃ] ['raɪzɪz][frʌm; frəm][ðə; ði] [ɜːrθ] [ænd; ənd][frʌm; frəm][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv]

This	is	the	vapor	which	rises	from	the	earth	and	from	the	surface	of
这	是	这	汽	哪个	上升	从	这	地球	和	从	这	表面	的

[ðə; ði] [siː] .

the	sea	.
这	海	.

这是从地表和海面上升腾的水蒸气。

[ˌaɪ 'tiː] [ə'sendz] ['ɪntuː][ðə; ði] [er] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː] [straɪks] [ə; eɪ] ['kɜːrənt] [ʌv; əv][koʊld] [er] ,

It	ascends	into	the	air	until	it	strikes	a	current	of	cold	air	,
它	上升	进入	这	空气	直到	它	罢工	一个	当前的	的	寒冷的	空气	,

它上升到空中，直到遇到一股冷空气。

[wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tɜːrnd] ['ɪntuː] ['mɔɪstʃər] [ænd; ənd] [fɔːlz] [æz; əz][reɪn] .

when	it	is	turned	into	moisture	and	falls	as	rain	.
什么时候	它	是	转向	进入	水分	和	瀑布	作为	雨	.

当它转化为水汽并以降雨的形式落下时。

[wiː; wi][kæn; kən] [kætʃ] [ðə; ði][reɪn]['wɔːtər][ɪn] ['sɪstənz] [ɔːr] ['ʌðər] ['ves(ə)lz] ;

We	can	catch	the	rain	water	in	cisterns	or	other	vessels	;
我们	能	抓住	这	雨	水	在	水箱	或者	其他	船只	;

我们可以用蓄水池或其他容器收集雨水；

[ænd; ənd] [ðɪs] ['wɔːtər][wiː; wi] [meɪ] [drɪŋk] [wɪ'ðaʊt] ['bɔɪlɪŋ] ， [ɪf] [wiː; wi][ɑːr; ər]['kerf(ə)l][tuː; tə] [kiːp]

and	this	water	we	may	drink	without	boiling	,	if	we	are	careful	to	keep
和	这	水	我们	可能	喝	没有	沸腾	，如果		我们	是	小心	到	保持

[ðə; ði] ['sɪstənz] [kliːn] .

the	cisterns	clean	.
这	水箱	干净的	.

如果我们小心保持水箱清洁，就可以直接饮用这些水，无需煮沸。

[ðə; ði]['sɪstərn] , [tuː; tə][biː; bi] ['pɜːrfɪktli] [swiːt] , [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['emptid] [ænd; ənd] [kliːnd] [æt; ət] [liːst]

The	cistern	,	to	be	perfectly	sweet	,	should	be	emptied	and	cleaned	at	least
这	水箱	，	到	是	完美	甜的	，	应该	是	清空	和	已清洗	在	至少

[wʌns] ['evri] [tuː] [wiːks] . -

once	every	two	weeks	.	23
一次	每一个	二	周	.	-

为了保证水质甘甜，水箱至少每两周应清空并清洗一次。23

[ðə; ði] [rɔːŋ] [pleɪs] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [wel] .

The	Wrong	Place	for	a	Well	.
这	错误的	地方	为了	一个	出色地	.

选错地方打井了。

[ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ['nɪrli] [ɔːl][ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔːtər] [kʌmz] [frʌm; frəm] [welz] .

In	this	country	nearly	all	the	drinking	water	comes	from	wells	.
在	这	国家	几乎	全部	这	喝	水	来	从	水井	.

在这个国家，几乎所有的饮用水都来自水井。

[wel] ['wɔːtər] [meɪ] [biː; bi] ['veri] [gʊd] , [bʌt; bət][ðə; ði] ['tʃænsɪz] [ɑːr; ər] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [fʊl] [ʌv; əv]

Well	water	may	be	very	good	,	but	the	chances	are	that	it	is	full	of
出色地	水	可能	是	非常	好的	，	但	这	机会	是	那	它	是	满的	的

[im'pjuəritis] .

impurities	.
杂质	.

井水可能很好，但很可能含有大量杂质。

[ðə; ði]['wɔːtər][frʌm; frəm][ðə; ði] [welz] [ɪz][reɪn]['wɔːtər] [wɪtʃ] [hæz; həz] [soʊkt] ['ɪntuː][ðə; ði] [ɜːrθ]

The	water	from	the	wells	is	rain	water	which	has	soaked	into	the	earth
这	水	从	这	水井	是	雨	水	哪个	有	浸泡过	进入	这	地球

[ænd; ənd][hæz; həz] [kə'lektɪd] [ɪn][ðə; ði] [wel] .

and	has	collected	in	the	well	.
和	有	集	在	这	出色地	.

井里的水是雨水，雨水渗入地下并积聚在井里。

[bʌt; bət][ðə; ði] [ɜːrθ] [ɪz]['ɔːlweɪz] [fʊl] [ʌv; əv][im'pjuəritis] .

But	the	earth	is	always	full	of	impurities	.
但	这	地球	是	总是	满的	的	杂质	.

但地球总是充满杂质。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][laɪk][ə; eɪ] [greɪt] [spʌndʒ] [θruː] [wɪtʃ] [ðə; ði]['wɔːtər] [floʊz] ,

It	is	like	a	great	sponge	through	which	the	water	flows	,
它	是	喜欢	一个	伟大的	海绵	通过	哪个	这	水	流量	,

它就像一块巨大的海绵，水可以从中流过。

[ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːtər][ɪz] ['prɪti] [ʃʊr] [tuː; tə] [teɪk] [ʌp][sʌm; səm][im'pjuəritis][æz; əz][ˌaɪ 'tiː][sɪŋks]

and	the	water	is	pretty	sure	to	take	up	some	impurities	as	it	sinks
和	这	水	是	漂亮的	当然	到	拿	向上	一些	杂质	作为	它	水槽

[θruː] [ðə; ði] [ɜːrθ] .

through	the	earth	.
通过	这	地球	.

水在渗入地下的过程中，很可能会吸收一些杂质。

[ɪf] [ə; eɪ] [wel] [ɪz] [nɪr] [æn; ən] ['aʊthaʊs] [ɔːr]['steɪb(ə)l] , [ɔːr][ə; eɪ] [pleɪs] [wer] ['kæt(ə)l][ɑːr; ər] [kept] ,

If	a	well	is	near	an	outhouse	or	stable	,	or	a	place	where	cattle	are	kept	,
如果	一个	出色地	是	靠近	一个	室外厕所	或者	稳定的	,	或者	一个	地方	在哪里	牛	是	保留	,

如果水井靠近厕所、马厩或牲畜圈养地，

[ðə; ði]['wɔːtər] [ðæt] ['fɪltərz] [θruː] [ðɪs] [ɜːrθ] [wɪl] ['kæri] [wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'tiː][dʒəːmz][frʌm; frəm] [ðiːz]

the	water	that	filters	through	this	earth	will	carry	with	it	germs	from	these
这	水	那	过滤器	通过	这	地球	将要	携带	和	它	细菌	从	这些

['pleɪsɪz] .

places	.
地方	.

流经这片土地的水会将这些地方的细菌带过来。

[ə; eɪ] [wel] should24

A	well	should24
一个	出色地	should24

一个井应该24

['ɔːlweɪz] [biː; bi][ɑːn] ['haɪər] [graʊnd] [ðæn; ðən] ['eni] [aʊt'bɪldɪŋz] .

always	be	on	higher	ground	than	any	outbuildings	.
总是	是	在	更高	地面	比	任何	附属建筑	.

始终建在比任何附属建筑物都高的地方。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][sʌm; səm] ['dɪstəns] [frʌm; frəm][ðə; ði] [haʊs] ,

It	should	be	some	distance	from	the	house	,
它	应该	是	一些	距离	从	这	房子	,

它应该离房子有一段距离，

[ænd; ənd][noʊ][slɑːps][ɔːr] ['eniθɪŋ] ['emptid][frʌm; frəm][ðə; ði] [haʊs] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][pʊt] [nɪr] [ˌaɪ 'tiː] .

and	no	slops	or	anything	emptied	from	the	house	should	be	put	near	it	.
和	不	污水	或者	任何事物	清空	从	这	房子	应该	是	放	靠近	它	.

任何从房子里倒出来的污物或垃圾都不应该放在它附近。

[noʊ] ['dreɪnɪdʒ] [ʌv; əv] ['eni] [kaɪnd][ʃʊd; ʃəd] [rʌn] [nɪr] [ˌaɪ 'tiː] .

No	drainage	of	any	kind	should	run	near	it	.
不	引流	的	任何	种类	应该	跑步	靠近	它	.

任何排水设施都不应靠近此处。

[ɪn][ðə; ði]['sɪti] [ʌv; əv] ['pɪtsbɝg] , [ɪn][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] , [sʌm; səm] ['jɪrz] [ə'goʊ] ,

In	the	city	of	Pittsburg	,	in	the	United	States	,	some	years	ago	,
在	这	城市	的	匹兹堡	,	在	这	团结的	各州	,	一些	年	前	,

几年前，在美国匹兹堡市，

[ðer; ðər][wʌz; wəz][æn; ən][ˌepɪ'demɪk][ʌv; əv] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] .

there	was	an	epidemic	of	typhoid	fever	.
那里	曾是	一个	流行性	的	伤寒	发烧	.

当时爆发了伤寒疫情。

['meni] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['piːp(ə)l] [daɪd] ,

Many	thousands	of	people	died	,
许多	数千	的	人们	死亡	,

成千上万人丧生，

[ænd; ənd][æt; ət][læst][ðə; ði]['ledʒɪsleɪtʃər][ʌv; əv] [ˌpensl'veɪniə] [ə'pɔɪntɪd] [ə; eɪ] [kə'mɪti] [tu:; tə]

and	at	last	the	legislature	of	Pennsylvania	appointed	a	committee	to
和	在	最后的	这	立法机关	的	宾夕法尼亚州	任命	一个	委员会	到

[ɪn'vestɪgeɪt] [ðə; ði] [kɔ:z] [ʌv; əv][ðə; ði][ˌepɪ'demɪk] .

investigate	the	cause	of	the	epidemic	.
调查	这	原因	的	这	流行性	.

最终，宾夕法尼亚州立法机构任命了一个委员会来调查这场流行病的原因。

[ðɪs] [kə'mɪti] [bɪ'gæn][tu:; tə] ['stʌdi] [ðə; ði] [sɔ:rs] [ʌv; əv][ðə; ði]['sɪti]['wɔ:tər] [sə'plaɪ] .

This	committee	began	to	study	the	source	of	the	city	water	supply	.
这	委员会	开始	到	学习	这	来源	的	这	城市	水	供应	.

该委员会开始研究城市供水的水源。

[ðeɪ] [treɪst] [ˌaɪ 'ti:][fɑ:r][ʌp][ðə; ði] ['maʊntnz] , ['meni] [maɪlz] [ə'weɪ] ,

They	traced	it	far	up	the	mountains	,	many	miles	away	,
他们	追踪	它	远的	向上	这	山脉	,	许多	英里	离开	,

他们一路追踪，一直到很远很远的山上，远在数英里之外。

[ʌn'tɪl] [ðeɪ] [faʊnd][ə; eɪ]['sɜ:rt(ə)n]['lɪt(ə)l] [stri:m] ['emptiɪŋ] ['ɪntu:][ə; eɪ][lɑ:rdʒ]['rɪvər] [wɪtʃ] [sə'plaɪd]

until	they	found	a	certain	little	stream	emptying	into	a	large	river	which	supplied
直到	他们	成立	一个	肯定	小的	溪流	清空	进入	一个	大的	河	哪个	供应

[ðə; ði]['sɪti] .

the	city	.
这	城市	.

直到他们发现一条小溪汇入一条大河，这条大河为这座城市供水。

['lɪvɪŋ] [ɑ:n][ðə; ði][bæŋks][ʌv; əv] [ðɪs] [stri:m] [wʌz; wəz][ə; eɪ]['fæməli] [wer] [ðer; ðər][wʌz; wəz][ə; eɪ] [keɪs]

Living	on	the	banks	of	this	stream	was	a	family	where	there	was	a	case
活的	在	这	银行	的	这	溪流	曾是	一个	家庭	在哪里	那里	曾是	一个	案件

[ʌv; əv] ['taɪfɔɪd] ['fi:vər] .

of	typhoid	fever	.
的	伤寒	发烧	.

住在这条小溪岸边的一户人家曾发生过伤寒病例。

[ðə; ði][slɑ:ps][frʌm; frəm][ðə; ði] [haʊs] [hæd; həd] [bɪn] [θroʊn] ['ɪntu:][ðə; ði] [stri:m] [ænd; ənd][hæd; həd]

The	slops	from	the	house	had	been	thrown	into	the	stream	and	had
这	污水	从	这	房子	有	到过	抛掷	进入	这	溪流	和	有

[soʊ] ['pɔɪznd] [ðə; ði]['wɔ:tər] [ðæt] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv]['pi:p(ə)l][ɪn][fɑ:r] - [ə'weɪ] ['pɪtsbɝg] [daɪd]

so	poisoned	the	water	that	thousands	of	people	in	far	-	away	Pittsburg	died
所以	中毒	这	水	那	数千	的	人们	在	远的	-	离开	匹兹堡	死亡

[ʌv; əv] ['taɪfɔɪd] ['fi:vər] .

of	typhoid	fever	.
的	伤寒	发烧	.

房子里的泔水被扔进溪流里，严重污染了水源，导致远在匹兹堡的数千人死于伤寒。

[ɪn] [mə'nɪlə][ðer; ðər][wʌz; wəz][wʌns][ə; eɪ] [greɪt] ['kɑ:lərə] [ˌepɪ'demɪk] , ['dʊrɪŋ] [wɪtʃ] [mɔ:r] [ðæn; ðən]

In	Manila	there	was	once	a	great	cholera	epidemic	,	during	which	more	than
在	马尼拉	那里	曾是	一次	一个	伟大的	霍乱	流行性	,	期间	哪个	更多的	比

thirty25

thirty25
thirty25

马尼拉曾爆发过一场严重的霍乱疫情，期间超过3000人死亡。

['θaʊz(ə)nd][ˌfɪlə'pi:noʊz][ɪn][ðə; ði]['sɪti][ænd; ənd] ['prɑ:vɪns][ʌv; əv][mə'nɪlə][daɪd] ; ['meni] ['spænɪʃ] ['pi:p(ə)l]

thousand	Filipinos	in	the	city	and	province	of	Manila	died	;	many	Spanish	people
千	菲律宾人	在	这	城市	和	省	的	马尼拉	死亡	;	许多	西班牙语	人们

[daɪd]['ɔ:lsoʊ] .

died	also	.
死亡	还	.

马尼拉市及周边省份有数千名菲律宾人丧生；许多西班牙人也遇难。

['dʊrɪŋ] [ðə; ði][wɜ:rst][ʌv; əv][ðə; ði][ˌepɪ'demɪk][ðə; ði] [deθ] [reɪt] [wʌz; wəz][æt; ət] [li:st] [ə; eɪ]['θaʊz(ə)nd]
During **the** **worst** **of** **the** **epidemic** **the** **death** **rate** **was** **at** **least** **a** **thousand**
期间 这 最差 的 这 流行性 这 死亡 速度 曾是 在 至少 一个 千
['evri] [deɪ] .
every **day** **.**
每一个 天 .

疫情最严重的时候，每天的死亡人数至少有一千人。

[bʌt; bət]['oʊnli][wʌn] ['ɪŋglɪʃmən] [daɪd] ,
But **only** **one** **Englishman** **died** **,**
但 仅有的 一 英国人 死亡 ,

但只有一名英国人丧生。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [sed] [ðæt] [hɪz; ɪz] [deθ] [wʌz; wəz] [du:] [tu:; tə][hɪz; ɪz] [oʊn] ['kerləsnəs] [ɪn] ['drɪŋkɪŋ]
and **it** **is** **said** **that** **his** **death** **was** **due** **to** **his** **own** **carelessness** **in** **drinking**
和 它 是 说 那 他的 死亡 曾是 到期的 到 他的 自己的 疏忽 在 喝
[ɪm'pjʊr] ['wɔ:tər] .
impure **water** **.**
不纯 水 .

据说他的死因是自己粗心大意喝了不洁净的水。

[ɪf] ['evribɑ:di; 'evribʌdi][ɪn][ðə; ði] ['sɪti] [hæd; həd] [bɔɪld] [ænd; ənd] ['fɪltərd] [ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔ:tər] ,
If **everybody** **in** **the** **city** **had** **boiled** **and** **filtered** **the** **drinking** **water** **,**
如果 大家 在 这 城市 有 煮沸 和 过滤 这 喝 水 ,

如果全城的人都把饮用水煮沸过滤一下，

[æz; əz][ðə; ði] [ə'mɛrɪkənz] [ænd; ənd][ðə; ði] ['ɪŋglɪʃ] [dɪd] ,
as **the** **Americans** **and** **the** **English** **did** **,**
作为 这 美国人 和 这 英语 做过 ,

就像美国人和英国人所做的那样，

['nɪrli] [ɔ:l][ʌv; əv] [ði:z] ['θɜ:rti] ['θaʊz(ə)nd] ['pi:p(ə)l] [wʊd] [hæv; həv] [ɪ'skeɪpt] [deθ] .
nearly **all** **of** **these** **thirty** **thousand** **people** **would** **have** **escaped** **death** **.**
几乎 全部 的 这些 三十 千 人们 会 有 逃脱 死亡 .

这三万人中几乎所有人都能幸免于难。

[wʌt] [hæz; həz] [bɪn] [sed] [ʌv; əv][ðə; ði][im'pjuəritis] [kə'lektɪd] [baɪ]['wɔ:tər] ['pæsɪŋ] [θru:] [ðə; ði]
What **has** **been** **said** **of** **the** **impurities** **collected** **by** **water** **passing** **through** **the**
什么 有 到过 说 的 这 杂质 集 经过 水 通过 通过 这
[ɜ:rθ] [ɪz] [ɪ'speʃəli] [tru:] [ʌv; əv][ðə; ði]['wɔ:tər] [wɪtʃ] [sə'plaɪz] [mə'nɪlə] .
earth **is** **especially** **true** **of** **the** **water** **which** **supplies** **Manila** **.**
地球 是 尤其 真的 的 这 水 哪个 补给品 马尼拉 .

之前人们所说的水流经地球时会吸收杂质，对于马尼拉的供水来说尤其如此。

[ðə; ði] [graʊnd] [ɔ:l] [ə'baʊt][ðə; ði]['sɪti] [hæz; həz] [bɪn] [soʊ] [lɔ:ŋ] ['ɑ:kjupaɪd][baɪ][lɑ:rdʒ] ['nʌmbərz] [ʌv; əv]
The **ground** **all** **about** **the** **city** **has** **been** **so** **long** **occupied** **by** **large** **numbers** **of**
这 地面 全部 关于 这 城市 有 到过 所以 长的 占领 经过 大的 数字 的
['pi:p(ə)l] ,
people **,**
人们 ,

城市周围的土地长期以来一直被大量人口占据，

[ðə; ði] ['dreɪnɪdʒ] [hæz; həz] [bɪn] [soʊ] [pʊr] [ænd; ənd][soʊ] ['meni] [im'pjuəritis][hæv; həv] [bɪn] [kæst][aʊt] ,
the **drainage** **has** **been** **so** **poor** **and** **so** **many** **impurities** **have** **been** **cast** **out** **,**
这 引流 有 到过 所以 贫穷的 和 所以 许多 杂质 有 到过 投掷 出去 ,

排水系统非常糟糕，很多杂质都被排出来了。

[ðæt] [ðə; ði][sɔɪl][fɔ:r; fər][ə; eɪ] [greɪt] ['dɪstəns] [ə'raʊnd][ðə; ði]['sɪti][ɪz][ə; eɪ] [mæs] [ʌv; əv] [dɪ'keɪ] .
that **the** **soil** **for** **a** **great** **distance** **around** **the** **city** **is** **a** **mass** **of** **decay** **.**
那 这 土壤 为了 一个 伟大的 距离 大约 这 城市 是 一个 大量的 的 衰变 .

城市周围大片区域的土壤都已腐烂不堪。

[tuː; tə][stɜːr][ʌp][ðə; ði] [ɜːrθ] , [æz; əz] [wen] [dɪgɪŋ] [ænd; ənd] ['leɪɪŋ] [paɪps] ,

To	stir	up	the	earth	,	as	when	digging	and	laying	pipes	,
到	搅拌	向上	这	地球	,	作为	什么时候	挖掘	和	躺下	管道	,

搅动泥土，就像挖掘和铺设管道时那样。

[meɪks] [ðə; ði][men] [huː] [duː][ˌaɪ 'tiː] ['fiːvərɪʃ] [ænd; ənd]['ɔːf(ə)n] [ɪl] ,

makes	the	men	who	do	it	feverish	and	often	ill	,
制作	这	男人	WHO	做	它	发烧	和	经常	患病的	,

这样做会使人发烧，而且常常生病。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv][ðə; ði]['gæsɪz]['raɪzɪŋ][frʌm; frəm][ðə; ði][sɔɪl] .

because	of	the	gases	rising	from	the	soil	.
因为	的	这	气体	上升	从	这	土壤	.

因为土壤中逸出的气体。

[wiː; wi] [meɪ] [dʒʌdʒ][frʌm; frəm] [ðɪs] [haʊ] [bæd][ðə; ði]['wɔːtər][mʌst; məst] be26

We	may	judge	from	this	how	bad	the	water	must	be26
我们	可能	法官	从	这	如何	坏的	这	水	必须	be26

由此我们可以判断水质有多差。26

[ðæt] [dreɪnz] [θruː] [ðə; ði] [ɜːrθ] [ænd; ənd][ɪz] [kə'lektɪd] [ɪn][ðə; ði] [welz] [ʌv; əv][ðə; ði]['sɪti] .

that	drains	through	the	earth	and	is	collected	in	the	wells	of	the	city	.
那	排水沟	通过	这	地球	和	是	集	在	这	水井	的	这	城市	.

水流经地下，汇集到城市的井中。

['iːv(ə)n][ðə; ði]['wɔːtər][ɪn][ðə; ði] - ['wɔːtər][paɪps]['kænɑːt][biː; bi] [sed] [tuː; tə][biː; bi] [pjʊr] .

Even	the	water	in	the	Carriedo	water	pipes	cannot	be	said	to	be	pure	.
甚至	这	水	在	这	-	水	管道	不能	是	说	到	是	纯的	.

即使是卡里埃多水管中的水也不能说是纯净的。

[ˌaɪ 'tiː] [kʌmz] [frʌm; frəm][ə; eɪ]['rɪvər][fɑːr][frʌm; frəm][ðə; ði]['sɪti] .

It	comes	from	a	river	far	from	the	city	.
它	来	从	一个	河	远的	从	这	城市	.

它来自远离城市的一条河流。

[ɑːn][ðə; ði][bæŋks][ʌv; əv] [ðɪs] ['rɪvər][ɑːr; ər] ['meni] ['neɪtɪv] ['vɪlɪdʒəz] ,

On	the	banks	of	this	river	are	many	native	villages	,
在	这	银行	的	这	河	是	许多	本国的	村庄	,

这条河两岸有很多原住民村落，

[ænd; ənd][ðə; ði]['piːp(ə)l] [θroʊ] [ɔːl] ['sɔrts][ʌv; əv] [rɪ'fjuːz] ['ɪntuː][ðə; ði] [striːm] .

and	the	people	throw	all	sorts	of	refuse	into	the	stream	.
和	这	人们	扔	全部	排序	的	拒绝	进入	这	溪流	.

人们把各种各样的垃圾扔进溪流里。

[ðeɪ] [wɑːʃ] [ðer; ðər] [kloʊðz] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [beɪð] [ðəm'selvz] , [ðer; ðər]['hɔːrsɪz] , [ænd; ənd]
[ðer; ðər][ˌkærə'beiəu][ðer; ðər] .

They	wash	their	clothes	in	it	,	and	bathe	themselves	,	their	horses	,	and
他们	洗	他们的	衣服	在	它	,	和	洗澡	他们自己	,	他们的	马匹	,	和

their	carabaos	there	.
他们的	水牛	那里	.

他们用它洗衣服，也用它给自己、马和水牛洗澡。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n][ðə; ði]['wɔːtər][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][pjʊrəˌfaɪd] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi][drɪŋk][ˌaɪ 'tiː] .

For	this	reason	the	water	should	be	purified	before	we	drink	it	.
为了	这	原因	这	水	应该	是	纯化	前	我们	喝	它	.

因此，水在饮用前应该经过净化处理。

[wen] [ðə; ði] [ə'mɛrɪkənz] [fɜːrst] [keɪm] [tuː; tə] [mə'nɪlə] [ðə; ði] ['sɪti] [wʌz; wəz] [nɑːt] [kept] [æz; əz] [kliːn] [æz; əz]

When	**the**	**Americans**	**first**	**came**	**to**	**Manila**	**the**	**city**	**was**	**not**	**kept**	**as**	**clean**	**as**
什么时候	这	美国人	第一的	来了	到	马尼拉	这	城市	曾是	不是	保留	作为	干净的	作为

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [naʊ] .

it	**is**	**now**	**.**
它	是	现在	.

美国人初到马尼拉时，这座城市远没有现在这么干净整洁。

[ðɪs] [ɪz] [wʌn] ['riːz(ə)n] [waɪ] [ðer; ðər] [wɜːr; wər] [soʊ] ['meni] ['dɛθs] [ɪn] [mə'nɪlə] ,

This	**is**	**one**	**reason**	**why**	**there**	**were**	**so**	**many**	**deaths**	**in**	**Manila**	**,**
这	是	一	原因	为什么	那里	是	所以	许多	死亡人数	在	马尼拉	,

这就是马尼拉死亡人数众多的原因之一。

[ænd; ənd] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [haɪ] [deθ] [reɪt] ,

and	**because**	**of**	**the**	**high**	**death**	**rate**	**,**
和	因为	的	这	高的	死亡	速度	,

由于死亡率很高，

[ðə; ði] [ə'mɛrɪkənz] [æt; ət] [wʌns] [set] [tuː; tə] [wɜːrk] [tuː; tə] [kliːn] [ðə; ði] ['sɪti] .

the	**Americans**	**at**	**once**	**set**	**to**	**work**	**to**	**clean**	**the**	**city**	**.**
这	美国人	在	一次	放	到	工作	到	干净的	这	城市	.

美国人立即着手清理这座城市。

[tuː; tə] [duː] [ðɪs] [kɔːst] [ðə; ði] [laɪvz; lɪvz] [ʌv; əv] ['meni] [ə'merɪkən] ['soʊldʒərz] ,

To	**do**	**this**	**cost**	**the**	**lives**	**of**	**many**	**American**	**soldiers**	**,**
到	做	这	成本	这	生活	的	许多	美国人	士兵	,

为此付出了许多美国士兵的生命。

[huː] [daɪd] [ʌv; əv] ['fiːvər] [kɔːzd] [baɪ] [bæd] ['gæsɪz] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [ɜːrθ] ; [bʌt; bət] [sɪns] [ˌaɪ 'tiː] [wʌz; wəz]

who	**died**	**of**	**fever**	**caused**	**by**	**bad**	**gases**	**from**	**the**	**earth**	**;**	**but**	**since**	**it**	**was**
WHO	死亡	的	发烧	导致	经过	坏的	气体	从	这	地球	;	但	自从	它	曾是

[dʌn] ,

done	**,**
完毕	,

他死于由地下的有害气体引起的发烧；但既然事情已经发生，

[ðə; ði] [deθ] [reɪt] [ɪn] [mə'nɪlə] [ɪz] [les] [ðæn; ðən] [ˌaɪ 'tiː] ['evər] [wʌz; wəz] [bɪ'fɔːr] .

the	**death**	**rate**	**in**	**Manila**	**is**	**less**	**than**	**it**	**ever**	**was**	**before**	**.**
这	死亡	速度	在	马尼拉	是	较少的	比	它	曾经	曾是	前	.

马尼拉的死亡率比以往任何时候都低。

[bʌt; bət] ['iːv(ə)n] [jet] [ðə; ði] [deθ] [reɪt] [ɪz] ['greɪtər] [ðæn; ðən] [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi] ,

But	**even**	**yet**	**the**	**death**	**rate**	**is**	**greater**	**than**	**it**	**would**	**be**	**,**
但	甚至	然而	这	死亡	速度	是	更大的	比	它	会	是	,

但即便如此，死亡率仍然高于预期。

[ɪf] ['evribɑːdi; 'evribʌdi] [wʊd] [biː; bi] ['kerf(ə)l] [ə'baʊt] [fuːd] [ænd; ənd] [drɪŋk] .

if	**everybody**	**would**	**be**	**careful**	**about**	**food**	**and**	**drink**	**.**
如果	大家	会	是	小心	关于	食物	和	喝	.

如果大家都能注意饮食就好了。

The27
The27
The27

['greɪtər] ['nʌmbər] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] [daɪ] [ɑːr; ər] ['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] .

greater	**number**	**of**	**those**	**who**	**die**	**are**	**little**	**children**	**.**
更大的	数字	的	那些	WHO	死	是	小的	孩子们	.

死者中大部分是儿童。

[ɪn'diːd] ,
Indeed **,**
的确 ,

的确，

[wʌn][θɜːrd][ʌv; əv][ɔːl][ðə; ði] ['dɛθs] [ɪn][mə'nɪlə][ɑːr; ər][ʌv; əv] ['tʃɪldrən] [huː] [daɪ][ʌv; əv][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l]
one **third** **of** **all** **the** **deaths** **in** **Manila** **are** **of** **children** **who** **die** **of** **a** **single**
一 第三 的 全部 这 死亡人数 在 马尼拉 是 的 孩子们 WHO 死 的 一个 单身的
[kəm'pleɪnt] .
complaint **.**
抱怨 .

马尼拉所有死亡病例中，有三分之一是儿童，他们死于单一疾病。

[ðɪs] [ɪz][ðə; ði]['terəb(ə)l][fɪts][frʌm; frəm] [wɪtʃ] [wiː; wi][soʊ]['ɔːf(ə)n] [siː] ['lɪt(ə)l]['beɪbiːz] ['sʌfərɪŋ] .
This **is** **the** **terrible** **fits** **from** **which** **we** **so** **often** **see** **little** **babies** **suffering** **.**
这 是 这 糟糕的 适合 从 哪个 我们 所以 经常 看 小的 婴儿 痛苦 .

这就是我们经常看到小婴儿遭受的那种可怕的抽搐。

[ðə; ði][fɪts][ɑːr; ər] [kɔːzd] [baɪ] ['trʌb(ə)l] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] ['baʊəlz] , [ɜ'aɪzɪŋ] [frʌm; frəm][bæd]
The **fits** **are** **caused** **by** **trouble** **in** **the** **stomach** **and** **bowels** **,** **arising** **from** **bad**
这 适合 是 导致 经过 麻烦 在 这 胃 和 肠道 , 产生 从 坏的
[fuːd] [ænd; ənd] [drɪŋk] .
food **and** **drink** **.**
食物 和 喝 .

癫痫发作是由胃肠道疾病引起的，而胃肠道疾病又是由不良饮食习惯造成的。

['sʌmtaɪmz] [ðə; ði]['lɪt(ə)l][wʌn][daɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː][ɪz][wɔːrn][aʊt][baɪ][ðə; ði][peɪn][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz]
Sometimes **the** **little** **one** **dies** **because** **it** **is** **worn** **out** **by** **the** **pain** **it** **has**
有时 这 小的 一 死亡 因为 它 是 磨损 出去 经过 这 疼痛 它 有
['sʌfərd] .
suffered **.**
遭受 .

有时，小婴儿会因为承受不住痛苦而死去。

['sʌmtaɪmz] [ðə; ði][breɪn][ɪz] [ə'fektɪd] [baɪ][ðə; ði] ['stʌmək] ['trʌb(ə)l] ;
Sometimes **the** **brain** **is** **affected** **by** **the** **stomach** **trouble** **;**
有时 这 脑 是 做作的 经过 这 胃 麻烦 ;

有时，胃病会影响大脑；

[bʌt; bət][ðə; ði] [truː] [kɔːz] [ʌv; əv] [deθ] [ɪn] ['evri] [sʌtʃ] [keɪs] [ɪz] [ɪm'pjʊr] ['wɔːtər][ɔːr][ðə; ði] [rɔːŋ] [kaɪnd]
but **the** **true** **cause** **of** **death** **in** **every** **such** **case** **is** **impure** **water** **or** **the** **wrong** **kind**
但 这 真的 原因 的 死亡 在 每一个 这样的 案件 是 不纯 水 或者 这 错误的 种类
[ʌv; əv] [fuːd] .
of **food** **.**
的 食物 .

但所有这些案例的真正死因都是不洁净的水或不合适的食物。

[moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] ['trʌb(ə)l] [kʌmz] [frʌm; frəm][ðə; ði]['wɔːtər] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['tʃɪldrən] [drɪŋk] .
Most **of** **the** **trouble** **comes** **from** **the** **water** **which** **the** **children** **drink** **.**
最多 的 这 麻烦 来 从 这 水 哪个 这 孩子们 喝 .

大部分问题都源于孩子们饮用的水。

[nɑːt]['iːv(ə)n][ə; eɪ] [groʊn] ['pɜːrs(ə)n] [ɔːt] [tuː; tə] [drɪŋk]['wɔːtər] [ðæt] [hæz; həz][nɑːt] [bɪn] [bɔɪld] .
Not **even** **a** **grown** **person** **ought** **to** **drink** **water** **that** **has** **not** **been** **boiled** **.**
不是 甚至 一个 生长 人 应该 到 喝 水 那 有 不是 到过 煮沸 .

即使是成年人也不应该饮用未经煮沸的水。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] [seɪf] ,
It **is** **not** **safe** **,**
它 是 不是 安全的 ,

这不安全。

[fɔːr; fər][ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] ['meni] [ʌv; əv][ðə; ði]['trɑːpɪk(ə)l] [dɪ'ziːzɪz] [ɑːr; ər] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði]['wɔːtər] .

for	the	germs	of	many	of	the	tropical	diseases	are	found	in	the	water	.
为了	这	细菌	的	许多	的	这	热带	疾病	是	成立	在	这	水	.

因为许多热带疾病的病菌都存在于水中。

[ɔːl] [ʌv; əv] [ðiːz] [dʒəːmz][ɑːr; ər] [kɪld] [baɪ] [ðæt] [dɪ'griː] [ʌv; əv] [hiːt] [wɪtʃ] [wiː; wi] [kɔːl] [ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [pɔɪnt] .

All	of	these	germs	are	killed	by	that	degree	of	heat	which	we	call	the	boiling	point	.
全部	的	这些	细菌	是	被杀	经过	那	程度	的	热	哪个	我们	称呼	这	沸腾	观点	.

所有这些细菌都会被沸点这个温度杀死。

[noʊ] [les] [hiːt] [ðæn; ðən] [ðɪs] [wɪl] [kɪl] [ðem; ðəm] .

No	less	heat	than	this	will	kill	them	.
不	较少的	热	比	这	将要	杀	他们	.

低于这个温度就能杀死它们。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] [ɪ'nʌf] ['mɪrli] [tuː; tə] [hiːt] [ðə; ði]['wɔːtər] ;

It	is	not	enough	merely	to	heat	the	water	;
它	是	不是	足够的	仅仅	到	热	这	水	;

仅仅加热水是不够的;

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst] ['riːəli] [bɔɪl] [fɔːr; fər][æt; ət] [liːst] [faɪv] ['mɪnɪts] ['æftər][ˌaɪ 'tiː] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] ['bʌb(ə)l] [ænd; ənd] ['sɪmər] .

it	must	really	boil	for	at	least	five	minutes	after	it	begins	to	bubble	and	simmer	.
它	必须	真的	熬	为了	在	至少	五	分钟	后	它	开始	到	气泡	和	煨	.

水开始冒泡并微微沸腾后，至少要持续沸腾五分钟。

It28
It28
It28

It28

[ɔːt] [ðen] [tuː; tə][biː; bi] [streɪnd] [θruː] [ə; eɪ] [klɪːn] [klɔːθ] [ænd; ənd] [pʊt] [æt; ət] [wʌns] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['bæŋgə][ɔːr][sʌm; səm] ['ʌðər] [ʌv; əv][ðə; ði]['dʒɑːrz] [juːst] [tuː; tə] [kən'teɪn] ['wɔːtər] .

ought	then	to	be	strained	through	a	clean	cloth	and	put	at	once	into	a	banga	or	some	other	of	the	jars	used	to	contain	water	.
应该	然后	到	是	紧张	通过	一个	干净的	布	和	放	在	一次	进入	一个	邦加	或者	一些	其他	的	这	罐子	用过的	到	包含	水	.

然后应该用干净的布过滤，并立即放入水罐或其他盛水的容器中。

[ðə; ði][dʒɑːr][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [klɪːn] , [ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd][hæv; həv][ə; eɪ]['kʌvər] .

The	jar	should	be	clean	,	and	should	have	a	cover	.
这	罐	应该	是	干净的	,	和	应该	有	一个	覆盖	.

罐子应该干净，并且要有盖子。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [hʌŋ] [ɪn][ə; eɪ][dræft][ʌv; əv] [er] , [ðə; ði]['wɔːtər] [wɪl] [bɪ'kʌm] [kuːl] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [drɪŋk] .

If	it	is	hung	in	a	draft	of	air	,	the	water	will	become	cool	enough	to	drink	.
如果	它	是	悬挂	在	一个	草稿	的	空气	,	这	水	将要	变得	凉爽的	足够的	到	喝	.

如果将水悬挂在通风处，水就会冷却到可以饮用的程度。

[ðə; ði]['dʒɑːrz] [juːst] [tuː; tə][hoʊld]['wɔːtər][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ʌv; əv] [wer] [ðæt] [wɪl] “ [swet] ” ['æftər][ðə; ði] ['lɪkwɪd][hæz; həz] [bɪn] [ɪn][ðem; ðəm][fɔːr; fər][sʌm; səm][taɪm] .

The	jars	used	to	hold	water	should	be	of	ware	that	will	“	sweat	”	after	the	liquid	has	been	in	them	for	some	time	.
这	罐子	用过的	到	抓住	水	应该	是	的	仓库	那	将要	“	汗	”	后	这	液体	有	到过	在	他们	为了	一些	时间	.

盛水的罐子应该选用那种盛水一段时间后会“出汗”的材质。

[ðæt] [ɪz] , [ðə; ði][ˌaʊt'saɪd][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] [biːdz] [ʌv; əv] ['mɔɪstʃər] [wɪtʃ] [hæv; həv]

That	is	,	the	outside	should	be	covered	with	beads	of	moisture	which	have
那	是	,	这	外部	应该	是	涵盖	和	珠子	的	水分	哪个	有

[krept] [θruː] [ðə; ði][saɪdz] .

crept	through	the	sides	.
悄悄地爬	通过	这	侧面	.

也就是说，外侧应该覆盖着一层从侧面渗出的水珠。

[ðɪs] [sɔːrt][ʌv; əv][dʒɑːr] [kiːps] [ðə; ði]['wɔːtər] [kuːl] [ænd; ənd] [lets] [ðə; ði] [er] [get][tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] .

This	sort	of	jar	keeps	the	water	cool	and	lets	the	air	get	to	it	.
这	种类	的	罐	保持	这	水	凉爽的	和	让我们	这	空气	得到	到	它	.

这种罐子既能保持水温凉爽，又能让空气流通。

['wɔːtər] , ['æftər][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪn] [bɔɪld] , [ɪz] ['teɪstləs] [ænd; ənd] [flæt] ,

Water	,	after	it	has	been	boiled	,	is	tasteless	and	flat	,
水	,	后	它	有	到过	煮沸	,	是	无味	和	平坦的	,

水煮沸后，味道寡淡无味。

[ænd; ənd][ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][ə'gen] [teɪks] [ʌp]['ɑːksɪdʒən][frʌm; frəm][ðə; ði] [er] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt][soʊ]['plez(ə)nt]

and	until	it	again	takes	up	oxygen	from	the	air	,	it	is	not	so	pleasant
和	直到	它	再次	需要	向上	氧	从	这	空气	,	它	是	不是	所以	令人愉快的

[tuː; tə][drɪŋk] ,

to	drink	,
到	喝	,

只有当它再次从空气中吸收氧气后，喝起来才算好喝。

[ɔːr][soʊ][daɪ'dʒestəblˌdɪ'dʒestəbl][æz; əz][ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz] [bɪ'fɔːr] ['bɔɪlɪŋ] .

or	so	digestible	as	it	was	before	boiling	.
或者	所以	可消化	作为	它	曾是	前	沸腾	.

或者说，它和煮沸之前一样容易消化。

[wiː; wi][hæv; həv] [siːn] [haʊ] [ɪm'pɔːrt(ə)nt]['wɔːtər][ɪz][tuː; tə][laɪf] ,

We	have	seen	how	important	water	is	to	life	,
我们	有	已见	如何	重要的	水	是	到	生活	,

我们已经了解了水对生命的重要性。

[ænd; ənd][wiː; wi]['kænɑːt][hæv; həv] [tuː] [haɪ] [æn; ən][aɪ'diːə][ʌv; əv][ðə; ði] [ɪm'pɔːrt(ə)ns] [ʌv; əv][ɪts] ['biːɪŋ]

and	we	cannot	have	too	high	an	idea	of	the	importance	of	its	being
和	我们	不能	有	也	高的	一个	主意	的	这	重要性	的	它是	存在

[pjʊr] .

pure	.
纯的	.

我们必须高度重视其纯净的重要性。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] [ɪ'nʌf] [ðæt] ['wɔːtər] [lʊks] [klɪr] [ænd; ənd] ['spɑːrklɪŋ] .

It	is	not	enough	that	water	looks	clear	and	sparkling	.
它	是	不是	足够的	那	水	看起来	清除	和	闪闪发光	.

水看起来清澈闪亮是不够的。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [lʊk] [laɪk] ['krɪst(ə)l][ænd; ənd] [jet] [biː; bi] [fʊl] [ʌv; əv] ['pɔɪzənəs] [dʒəːmz] .

It	may	look	like	crystal	and	yet	be	full	of	poisonous	germs	.
它	可能	看	喜欢	水晶	和	然而	是	满的	的	有毒	细菌	.

它看起来像水晶，但里面却充满了有毒细菌。

[ðə; ði]['oʊnli] [weɪ] [tuː; tə][biː; bi]['sɜːrt(ə)n] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [pjʊr] [ɪz][tuː; tə][bɔɪl][ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd] [ðen] see29

The	only	way	to	be	certain	that	it	is	pure	is	to	boil	it	and	then	see29
这	仅有的	方式	到	是	肯定	那	它	是	纯的	是	到	熬	它	和	然后	see29

唯一能确定其纯度的方法是将其煮沸，然后观察29。

[ðæt] [noʊ] ['fɜːrðər] [im'pjuəritis][get]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː] [bɪ'fɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [juːst] .

that	no	further	impurities	get	into	it	before	it	is	used	.
那	不	更远	杂质	得到	进入	它	前	它	是	用过的	.

确保在使用前没有其他杂质进入其中。

['kwestʃənz] .
QUESTIONS **.**
问题 .

问题。

[wʌt] [ɪz] [θɜːrst] ?
What **is** **thirst** **?**
什么 是 口渴 ?

什么是口渴?

[wʌt] [ɪz] [ðə; ði] [prə'pɔːrʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['wɔːtər] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] ?
What **is** **the** **proportion** **of** **water** **in** **the** **body** **?**
什么 是 这 部分 的 水 在 这 身体 ?

人体内的水分比例是多少?

[wʌt] [ɪz] [ðə; ði] ['pjʊrɪst] [sɔːrt] [ʌv; əv] ['wɔːtər] [wiː; wi] [hæv; həv] ?
What **is** **the** **purest** **sort** **of** **water** **we** **have** **?**
什么 是 这 最纯净的 种类 的 水 我们 有 ?

我们拥有的最纯净的水是什么?

[haʊ] [dʌz] ['wɔːtər] [bɪ'kʌm] [ʌn'fɪt] [fɔːr; fər] ['drɪŋkɪŋ] ?
How **does** **water** **become** **unfit** **for** **drinking** **?**
如何 做 水 变得 不合格 为了 喝 ?

水是如何变得不适宜饮用的?

[haʊ] [meɪ] [ˌaɪ 'tiː] [biː; bi] [pjʊrəˌfaɪd] [ænd; ənd] [meɪd] [fɪt] [tuː; tə] [drɪŋk] ?
How **may** **it** **be** **purified** **and** **made** **fit** **to** **drink** **?**
如何 可能 它 是 纯化 和 制成 合身 到 喝 ?

如何净化水使其适于饮用?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔːtər] [biː; bi] [kept] ? -
How **should** **drinking** **water** **be** **kept** **?** **30**
如何 应该 喝 水 是 保留 ? -

饮用水应该如何保存? 30

['tʃæptər] [ˌaɪ'aɪ'aɪ] .
CHAPTER **III** **.**
章 三、 .

第三章

[ə'baʊt] [fuːd] .
ABOUT **FOOD** **.**
关于 食物 .

关于食物。

[ʃæl; ʃəl] [wiː; wi] [goʊ] [tuː; tə] ['mɑːrkɪt] [tuː; tə] - [deɪ] ?
Shall **we** **go** **to** **market** **to** **-** **day** **?**
将 我们 去 到 市场 到 - 天 ?

我们今天去集市吗?

[let] [ˌjuː 'es] [goʊ] [tuː; tə] [wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [lɑːrdʒ] [nuː] ['bɪldɪŋz] [ðæt] [ðə; ði] ['gʌvərnmənt] [hæz; həz] [pʊt]
Let **us** **go** **to** **one** **of** **the** **large** **new** **buildings** **that** **the** **government** **has** **put**
让 我们 去 到 一 的 这 大的 新的 建筑物 那 这 政府 有 放
[ʌp] [ɪn] [mə'nɪlə] ,
up **in** **Manila** **,**
向上 在 马尼拉 ,

我们去参观一下政府在马尼拉新建的大型建筑之一吧。

[tuː; tə] [biː; bi] [juːst] [æz; əz] ['mɑːrkəts, 'mɑːrkɪts] .
to **be** **used** **as** **markets** **.**
到 是 用过的 作为 市场 .

用作市场。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [wel] ['fɪtɪd] [fɔːr; fər] [ðɪs] ['pɜːrpəs] .
They are well fitted for this purpose .
他们 是 出色地 适配 为了 这 目的 .

它们非常适合这个用途。

[ðeɪ] [hæv; həv] [sɪ'ment] [flɔːrz] , [wɪtʃ] [kæn; kən][biː; bi] [wɑːʃt] ['evri] [deɪ] , [ænd; ənd] [kliːn] , [wel] -
They have cement floors , which can be washed every day , and clean , well -
他们 有 水泥 楼层 , 哪个 能 是 洗过 每一个 天 , 和 干净的 , 出色地 -
[bɪlt] [stɔːlz] ,
built stalls ,
建造 摊位 ,

它们的地面是水泥的，可以每天清洗，而且隔间干净、结构坚固。

[wer] [gʊdz] [ɑːr; ər][soʊld] .
where goods are sold .
在哪里 商品 是 卖 .

商品销售场所。

[ðə; ði] [flɔːr] [ʌv; əv][ə; eɪ]['mɑːrkɪt][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [wɑːʃt] ['ɔːf(ə)n] ,
The floor of a market should be washed often ,
这 地面 的 一个 市场 应该 是 洗过 经常 ,

市场地面应该经常清洗。

[ænd; ənd] ['evri] [bɪt][ʌv; əv] [weɪst] ['mætər] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['kærid] [ɔːf] .
and every bit of waste matter should be carried off .
和 每一个 少量 的 浪费 事情 应该 是 携带 离开 .

所有废弃物都应该被运走。

[ɪf] [ðɪs] [ɪz][nɑːt] [dʌn] ['feɪθfəli] , [ðə; ði] [fuːd] [soʊld][ðer; ðər] [spɔɪlz] [ænd; ənd] [bɪ'kʌmz] [ʌn'fɪt][fɔːr; fər]
If this is not done faithfully , the food sold there spoils and becomes unfit for
如果 这 是 不是 完毕 忠实 , 这 食物 卖 那里 战利品 和 变成 不合格 为了
[juːz] . -
use . 31
使用 . -

如果这项工作没有得到严格执行，那里出售的食物就会变质，变得不适宜食用。[31]

[ə; eɪ]['bædli] [ə'reɪndʒd] ['mɑːrkɪt] .
A Badly Arranged Market .
一个 糟糕 安排 市场 .

市场秩序混乱。

[wʌt] ['kwɑːntətiz] [ʌv; əv] [fruːt] !
What quantities of fruit !
什么 数量 的 水果 !

这么多水果！

[ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [teɪk] [ə; eɪ] [lɔːŋ] [taɪm] [tuː; tə] [kaʊnt] [ɔːl] [ðiːz] ['bʌntʃɪz] [ʌv; əv] [bə'nænəz] .
It would take a long time to count all these bunches of bananas .
它 会 拿 一个 长的 时间 到 数数 全部 这些 成捆 的 香蕉 .

数完这些香蕉串需要很长时间。

[ðə; ði]['mæŋgoʊz][ɑːr; ər][ɪn]['siːz(ə)n] [naʊ] , [ænd; ənd] [lʊk] ['veri] ['temptɪŋ] .
The mangoes are in season now , and look very tempting .
这 芒果 是 在 季节 现在 , 和 看 非常 诱人的 .

现在正是芒果的季节，看起来非常诱人。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] [wel] [tuː; tə] [iːt] [tuː] ['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm][æt; ət][ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði]['siːz(ə)n]
It is not well to eat too many of them at the beginning of the season
它 是 不是 出色地 到 吃 也 许多 的 他们 在 这 开始 的 这 季节
,
,
,

在季节初期不宜食用过多。

[haʊ'evər] , [ænd; ənd][wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [ʃʊr] [ðæt] [ðoʊz] [wɪtʃ] [wi:; wi][du:] [i:t] [ɑ:r; ər][raɪp]

however	,	and	we	should	be	sure	that	those	which	we	do	eat	are	ripe
然而	,	和	我们	应该	是	当然	那	那些	哪个	我们	做	吃	是	成熟

[ænd; ənd] [saʊnd] .

and	sound	.
和	声音	.

但是，我们应该确保我们所吃的食物是成熟且健康的。

[ˌʌn'raɪp] [fru:t] [ɪz] ['veri] ['hɜ:rtfl] , [ænd; ənd][soʊ][ɪz][fru:t] [wɪtʃ] [ɪz] [tu:] [raɪp] ,

Unripe	fruit	is	very	hurtful	,	and	so	is	fruit	which	is	too	ripe	,
生	水果	是	非常	伤人的	,	和	所以	是	水果	哪个	是	也	成熟	,

未成熟的水果很伤人，过熟的水果也很伤人。

[wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪ'gʌn] [tu:; tə] [dɪ'keɪ] .

which	has	begun	to	decay	.
哪个	有	开始	到	衰变	.

它已经开始腐烂了。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ði:z] [bə'nænəz] , [fɔ:r; fər] ['ɪnstəns] , -

Some	of	these	bananas	,	for	instance	,	32
一些	的	这些	香蕉	,	为了	实例	,	-

例如，其中一些香蕉，32

[ɑ:r; ər][soʊ] [blæk] [ænd; ənd][soʊ][sɔ:ft] [ðæt] [noʊ][wʌn][ʃʊd; ʃəd] [θɪŋk] [ʌv; əv] ['traɪɪŋ] [tu:; tə] [i:t] [ðem; ðəm] .

are	so	black	and	so	soft	that	no	one	should	think	of	trying	to	eat	them	.
是	所以	黑色的	和	所以	柔软的	那	不	一	应该	思考	的	尝试	到	吃	他们	.

它们又黑又软，任何人都不应该想着去吃它们。

[ɪn][sʌm; səm] ['kʌntriz] [ə; eɪ] ['mɜ:rtʃənt] [hu:] [traɪd][tu:; tə] [sel] [sʌtʃ] [fru:t] [wʊd] [su:n] [faɪnd][hɪm'self]

In	some	countries	a	merchant	who	tried	to	sell	such	fruit	would	soon	find	himself
在	一些	国家	一个	商人	WHO	尝试	到	卖	这样的	水果	会	很快	寻找	他自己

[stɑ:pt] [frʌm; frəm] ['selɪŋ] ['eni] [fru:t][æt; ət][ɔ:l] .

stopped	from	selling	any	fruit	at	all	.
停止	从	销售	任何	水果	在	全部	.

在某些国家，试图出售此类水果的商人很快就会发现自己被禁止出售任何水果。

[ðə; ði] [lɔ:] [wʊd] [nɑ:t] [ə'laʊ] [hɪm; ɪm][tu:; tə]['ɔ:fər] ['pɔɪzn] [fɔ:r; fər] [seɪl] , [ænd; ənd] [dɪ'keɪd] [fru:t][ɪz]

The	law	would	not	allow	him	to	offer	poison	for	sale	,	and	decayed	fruit	is
这	法律	会	不是	允许	他	到	提供	毒	为了	销售	,	和	腐烂的	水果	是

['pɔɪzn] .

poison	.
毒	.

法律不允许他出售毒药，而腐烂的水果就是毒药。

[wi:; wi] [wɪl] [baɪ] [sʌm; səm][ʌv; əv] [ði:z] [saʊnd] , [kli:n] - ['lʊkɪŋ] [bə'nænəz] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [fju:]

We	will	buy	some	of	these	sound	,	clean	-	looking	bananas	,	and	a	few
我们	将要	买	一些	的	这些	声音	,	干净的	-	寻找	香蕉	,	和	一个	很少

['ɔ:rɪndʒɪz] [ðɪs] ['mɔ:rnɪŋ] .

oranges	this	morning	.
橙子	这	早晨	.

今天早上我们会买一些看起来干净、结实的香蕉和一些橙子。

[wi:; wi] [wɪl] [tʃu:z] ['ɔ:rɪndʒɪz] [ðæt] [ɑ:r; ər][ʌv; əv][ə; eɪ] [faɪn] , [rɪtʃ] [gri:n] , [nɑ:t] [tu:] [hɑ:rd] ,

We	will	choose	oranges	that	are	of	a	fine	,	rich	green	,	not	too	hard	,
我们	将要	选择	橙子	那	是	的	一个	美好的	,	富有的	绿色的	,	不是	也	难的	,

我们将挑选色泽鲜亮翠绿、不太硬的橙子。

[bʌt; bət][fɜ:rm][ænd; ənd][ʌv; əv] [gʊd] [weɪt] .

but	firm	and	of	good	weight	.
但	公司	和	的	好的	重量	.

但质地坚实，重量适中。

['ɔːrɪndʒɪz] [ðæt] [fiːl] [laɪt] [ɪn][ðə; ði][hænd][ɑːr; ər][draɪ][ænd; ənd][nɑːt] ['hoʊlsəm] .

Oranges	**that**	**feel**	**light**	**in**	**the**	**hand**	**are**	**dry**	**and**	**not**	**wholesome**	**.**
橙子	那	感觉	光	在	这	手	是	干燥	和	不是	健康	.

拿在手里感觉轻飘飘的橙子是干瘪的，不新鲜。

[hɪr] [ɑːr; ər] ['rædɪʃiz] [ænd; ənd] ['letɪs] , [fɔːr; fər]['sæləd] ; [bʌt; bət] [ɪf] [wiː; wi] [baɪ] [ðiːz] ,

Here	**are**	**radishes**	**and**	**lettuce**	**,**	**for**	**salad**	**;**	**but**	**if**	**we**	**buy**	**these**	**,**
这里	是	萝卜	和	莴苣	,	为了	沙拉	;	但	如果	我们	买	这些	,

这里有萝卜和生菜，可以做沙拉；但如果我们买这些，

[wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi] [ʃʊr] [ðæt] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [wel] [wɑːʃt] [ɪn] [bɔɪld] ['wɔːtər] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi] [iːt]

we	**must**	**be**	**sure**	**that**	**they**	**are**	**well**	**washed**	**in**	**boiled**	**water**	**before**	**we**	**eat**
我们	必须	是	当然	那	他们	是	出色地	洗过	在	煮沸	水	前	我们	吃

[ðem; ðəm] .

them	**.**
他们	.

我们必须确保在食用前用沸水彻底清洗干净。

[ðer; ðər][ɑːr; ər]['lɪt(ə)l] ['kriːtʃərz] , [soʊ][smɔːl] [ðæt] [ðeɪ] ['kænɑːt][biː; bi] [siːn] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ] [strɔːŋ]

There	**are**	**little**	**creatures**	**,**	**so**	**small**	**that**	**they**	**cannot**	**be**	**seen**	**without**	**a**	**strong**
那里	是	小的	生物	,	所以	小的	那	他们	不能	是	已见	没有	一个	强的

['maɪkrəskoʊp] ,

microscope	**,**
显微镜	,

有些小生物，非常小，不用高倍显微镜根本看不到。

[ðæt] [lɪv; laɪv] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] ['letɪs] [ænd; ənd] ['ʌðər] [griːn] [liːvz] .

that	**live**	**among**	**the**	**lettuce**	**and**	**other**	**green**	**leaves**	**.**
那	居住	之中	这	莴苣	和	其他	绿色的	树叶	.

它们生长在生菜和其他绿叶植物之间。

[ðiːz] ['taɪni] ['kriːtʃərz] [ɑːr; ər][ðə; ði] [kɔːz] [ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrst][fɔːrm][ʌv; əv] ['dɪsənteri] .

These	**tiny**	**creatures**	**are**	**the**	**cause**	**of**	**the**	**worst**	**form**	**of**	**dysentery**	**.**
这些	微小的	生物	是	这	原因	的	这	最差	形式	的	痢	.

这些微小的生物是导致最严重痢疾的罪魁祸首。

[ɔːl] ['sɔrts] [ʌv; əv]['vedʒtəb(ə)lz] [wɪtʃ] [wiː; wi] [iːt] [rɔː] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [wɑːʃt] [kliːn] ,

All	**sorts**	**of**	**vegetables**	**which**	**we**	**eat**	**raw**	**should**	**be**	**washed**	**clean**	**,**
全部	排序	的	蔬菜	哪个	我们	吃	生的	应该	是	洗过	干净的	,

所有可以生吃的蔬菜都应该洗干净。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ʌv; əv][noʊ][juːz][tuː; tə] [wɑːʃ] [ðem; ðəm][ɪn] [ˌʌn'bɔɪld] ['wɔːtər] , -

and	**it**	**is**	**of**	**no**	**use**	**to**	**wash**	**them**	**in**	**unboiled**	**water**	**,**	**33**
和	它	是	的	不	使用	到	洗	他们	在	未煮沸的	水	,	-

用未煮沸的水清洗它们是没有用的，33

[æz; əz][ðə; ði] [ə'miːbə] ([wɪtʃ] [ɪz][ðə; ði]['lɪt(ə)l] ['kriːtʃərz] [neɪm]) [meɪ] [biː; bi][ɪn] [ðæt] , [tuː] .

as	**the**	**amœba**	**(**	**which**	**is**	**the**	**little**	**creature's**	**name**	**)**	**may**	**be**	**in**	**that**	**,**	**too**	**.**
作为	这	阿米巴	(	哪个	是	这	小的	生物的	姓名	)	可能	是	在	那	,	也	.

变形虫（这是这种小生物的名字）也可能在其中。

[wiː; wi] [niːd] [kə'moʊtiz][tuː; tə] - [deɪ] , [ænd; ənd] [hɪr] [ɑːr; ər][sʌm; səm][faɪn][wʌnz] .

We	**need**	**camotes**	**to**	**-**	**day**	**,**	**and**	**here**	**are**	**some**	**fine**	**ones**	**.**
我们	需要	红薯	到	-	天	,	和	这里	是	一些	美好的	一个	.

今天我们需要红薯，这里有一些不错的红薯。

[wiː; wi] [wɪl] [nɑːt] [baɪ] [ðem; ðəm] , [haʊ'evər] .

We	**will**	**not**	**buy**	**them**	**,**	**however**	**.**
我们	将要	不是	买	他们	,	然而	.

但我们不会购买它们。

[waɪ] ?
Why ?
为什么 ?

为什么?

[duː][juː; jʊ][nɑːt] [siː] [ðæt] [sʌm; səm][wʌn][hæz; həz] [bɪn] ['tʃuːɪŋ] ['biːtl] [nʌt] ,
Do you not see that some one has been chewing betel nut ,
做 你 不是 看 那 一些 一 有 到过 咀嚼 槟榔 坚果 ,

你没看到有人在嚼槟榔吗?

[ænd; ənd][hæz; həz][spɪt][kloʊz] [bɪ'saɪd] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd][ðə; ði][kə'moʊtiz][ɑːr; ər][ɔːl] ['spætəd]
and has spit close beside them , and the camotes are all spattered
和 有 吐 关闭 旁 他们 , 和 这 红薯 是 全部 溅射
[wɪð; wɪθ][ðə; ði] [red] [steɪn] ?
with the red stain ?
和 这 红色的 弄脏 ?

他还朝它们旁边吐了口唾沫，结果红薯上都溅满了红色的污渍?

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ]['terəb(ə)l] [θɪŋ] [ðæt] [nɑːt]['iːv(ə)n]['aʊər; ɑːr]['mɑːrkəts, 'mɑːrkɪts][kæn; kən][biː; bi] [kept] [kliːn]
It is a terrible thing that not even our markets can be kept clean
它 是 一个 糟糕的 事物 那 不是 甚至 我们的 市场 能 是 保留 干净的
[frʌm; frəm] [ðɪs] [bæd]['hæbɪt][ʌv; əv][soʊ] ['meni] ['piːp(ə)l] .
from this bad habit of so many people .
从 这 坏的 习惯 的 所以 许多 人们 .

令人痛心的是，就连我们的市场也无法摆脱许多人的这种不良习惯。

[ɪn][sʌm; səm][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrld][ðə; ði][mæn] [huː] [spɪt][ə'pɑːn][ðə; ði] ['saɪdwɔːk] ,
In some parts of the world the man who spit upon the sidewalk ,
在 一些 部分 的 这 世界 这 男人 WHO 吐 之上 这 人行道 ,

在世界某些地方，向人行道上吐痰的人，

[ðə; ði] [flɔːr] [ʌv; əv][ə; eɪ][kɑːr] , [ɔːr][ɪn] ['eni] ['pʌblɪk] ['bɪldɪŋ] [wʊd] [biː; bi] [ə'restɪd] [ænd; ənd]['teɪkən]
the floor of a car , or in any public building would be arrested and taken
这 地面 的 一个 车 , 或者 在 任何 民众 建筑 会 是 被捕 和 已采取
[tuː; tə] ['prɪzn] .
to prison .
到 监狱 .

在汽车地板或任何公共建筑物内，将被逮捕并送往监狱。

[ðɪs] [meɪ] [siːm] [tuː; tə][sʌm; səm][ə; eɪ][hɑːrd] ['pʌnɪʃmənt] [fɔːr; fər] [wʌt] ['meni] ['piːp(ə)l] [θɪŋk] [ɪz][ə; eɪ]
This may seem to some a hard punishment for what many people think is a
这 可能 似乎 到 一些 一个 难的 惩罚 为了 什么 许多 人们 思考 是 一个
[smɔːl] [ə'fens] .
small offense .
小的 罪行 .

在一些人看来，这对于许多人认为的轻微罪行来说，惩罚可能过于严厉。

[wiː; wi] [noʊ] , [haʊ'evər] , [ðæt] ['meni] [dɪ'ziːzɪz] [ɑːr; ər] [kɔːzd] [baɪ] [ðɪs] ['præktɪs] ,
We know , however , that many diseases are caused by this practice ,
我们 知道 , 然而 , 那 许多 疾病 是 导致 经过 这 实践 ,

然而，我们知道，许多疾病都是由这种做法引起的。

[ænd; ənd][ðə; ði][mæn] [huː] ['wɪlfəli] [dʌz] ['eniθɪŋ] [wɪtʃ] [pʊts] [hɪz; ɪz] ['fɛloʊz] [ɪn]['deɪndʒər]
and the man who willfully does anything which puts his fellows in danger
和 这 男人 WHO 故意 做 任何事物 哪个 放置 他的 伙伴们 在 危险
[frʌm; frəm] [dɪ'ziːz] [dʌz] [æz; əz] [greɪt] [rɔːŋ] [æz; əz][hiː; hi] [huː] [en'deɪndʒəz][ðer; ðər][laɪvz; lɪvz][ɪn] ['eni]
from disease does as great wrong as he who endangers their lives in any
从 疾病 做 作为 伟大的 错误的 作为 他 WHO 危及 他们的 生活 在 任何
['ʌðər] [wei] .
other way .
其他 方式 .

故意做出任何使同伴面临疾病危险的事情的人，与以其他任何方式危及他人生命的人一样，犯下了严重的罪行。

['meni] ['pi:p(ə)l][hæv; həv] [kə'tɑ:r] , [brɑ:ŋ'kaɪtɪs] , [ænd; ənd] [kən'sʌmpʃ(ə)n] ; [ɔ:l] [sʌtʃ] [dɪ'zi:zɪz] [kæn; kən]

Many	people	have	catarrh	,	bronchitis	,	and	consumption	;	all	such	diseases	can
许多	人们	有	卡他性炎症	,	支气管炎	,	和	消耗	;	全部	这样的	疾病	能

[bi:; bi] given34

be	given34
是	given34

许多人患有卡他性炎症、支气管炎和肺结核；所有这些疾病都可以服用34

[tu:; tə] ['ʌðər] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] .

to	others	in	this	way	.
到	其他的	在	这	方式	.

以这种方式影响他人。

[ðə; ði] [er] [kæn; kən] [bɪ'kʌm] ['pɔɪznd] , [soʊ] [ðæt] ['ʌðər] ['pi:p(ə)l] [kætʃ] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] .

The	air	can	become	poisoned	,	so	that	other	people	catch	the	disease	.
这	空气	能	变得	中毒	,	所以	那	其他	人们	抓住	这	疾病	.

空气可能受到污染，导致其他人感染疾病。

['pi:p(ə)l][ɪn]['oʊldər] ['kʌntriz] [hæv; həv] ['lɜ:rnɪd] [ðæt] [ɪf] [sɪk] ['pɝ:sənz] [ɑ:r; ər] ['kerləs] [ə'baʊt] ['spɪtɪŋ]

People	in	older	countries	have	learned	that	if	sick	persons	are	careless	about	spitting
人们	在	老	国家	有	学习	那	如果生病的		人	是	粗心	关于	吐痰

[ɪn] ['pʌblɪk] ['pleɪsɪz] ,

in	public	places	,
在	民众	地方	,

一些较为成熟的国家的人们已经认识到，如果病人不注意在公共场所随地吐痰，

[ðeɪ] ['ɔ:f(ə)n][ɪn'deɪndʒər][ðə; ði][laɪvz; lɪvz][ʌv; əv] ['ʌðər] ;

they	often	endanger	the	lives	of	others	;
他们	经常	危害	这	生活	的	其他的	;

他们常常危及他人的生命；

[soʊ][ˌaɪ 'ti:][ɪz][kwaɪt] [raɪt] [tu:; tə][kəm'pel][ɔ:l][tu:; tə][stɑ:p] [ðɪs] [bæd]['hæbɪt][ænd; ənd][tu:; tə] ['pʌnɪʃ]

so	it	is	quite	right	to	compel	all	to	stop	this	bad	habit	and	to	punish
所以	它	是	相当	正确的	到	迫使	全部	到	停止	这	坏的	习惯	和	到	惩治

[ðem; ðəm] [ɪf] [ðeɪ] [kən'tɪnju:] [ɪn][ˌaɪ 'ti:] .

them	if	they	continue	in	it	.
他们	如果	他们	继续	在	它	.

因此，强制所有人停止这种不良习惯，并对继续保持这种习惯的人进行惩罚，是完全正确的。

['kɑ:nstənt] ['spɪtɪŋ] [ɪz][ə; eɪ][bæd]['hæbɪt][ɪn] ['ʌðər] [weɪz] .

Constant	spitting	is	a	bad	habit	in	other	ways	.
持续的	吐痰	是	一个	坏的	习惯	在	其他	方式	.

经常吐痰在其他方面也是一种不良习惯。

[ðə; ði][sə'laɪvə][ɪz] [ment] [tu:; tə][help][daɪ'dʒest][ðə; ði] [fu:d] .

The	saliva	is	meant	to	help	digest	the	food	.
这	唾液	是	意思是	到	帮助	消化	这	食物	.

唾液的作用是帮助消化食物。

[ɪf] [wʌn] [gets] ['ɪntu:][ðə; ði] ['sensləs] ['hæbɪt][ʌv; əv] ['spɪtɪŋ] [ɔ:l][ðə; ði][taɪm] ,

If	one	gets	into	the	senseless	habit	of	spitting	all	the	time	,
如果	一	获得	进入	这	无意义的	习惯	的	吐痰	全部	这	时间	,

如果一个人养成了随地吐痰的无谓习惯，

[ðə; ði][sə'laɪvə][ɪz]['weɪstɪd][ænd; ənd][ðə; ði][daɪ'dʒestʃən][hɜ:rt] .

the	saliva	is	wasted	and	the	digestion	hurt	.
这	唾液	是	浪费	和	这	消化	伤害	.

唾液被浪费，消化不良。

[ðen] , [tu:] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz][æn; ən][ʌn'klenli; ʌn'kli:nli]['hæbɪt] .

Then	,	too	,	it	is	an	uncleanly	habit	.
然后	,	也	,	它	是	一个	不洁的	习惯	.

而且，这也是一种不卫生的习惯。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [flɔːrz] [ænd; ənd] ['saɪdwɔːk] ['fɪlθi] ,

It	makes	floors	and	sidewalks	filthy	,
它	制作	楼层	和	人行道	污秽	,

它弄脏了地板和人行道。

[ænd; ənd] ['piːp(ə)l] [huː] [hæv; həv] [bɪn] [wel] [brɔːt] [ʌp] ['ɔːlweɪz] [hæv; həv] [ə; eɪ] ['fiːlɪŋ] [ʌv; əv] [dɪs'gʌst]

and	people	who	have	been	well	brought	up	always	have	a	feeling	of	disgust
和	人们	WHO	有	到过	出色地	带来	向上	总是	有	一个	感觉	的	厌恶

[wen] [ðeɪ] [siː] ['eni] [wʌn] [spɪt] [ɪn] ['pʌblɪk] ['pleɪsɪz] .

when	they	see	any	one	spit	in	public	places	.
什么时候	他们	看	任何	一	吐	在	民众	地方	.

受过良好教育的人看到有人在公共场所吐痰都会感到厌恶。

[ɪf] [wʌn] [mʌst; məst] [spɪt] , [hiː; hi] [ʃʊd; ʃəd] [duː] [soʊ] [ɪn] ['praɪvət] ,

If	one	must	spit	,	he	should	do	so	in	private	,
如果	一	必须	吐	,	他	应该	做	所以	在	私人的	,

如果一定要吐痰，应该在私下进行。

[wer] [noʊ] [wʌn] [niːd] [biː; bi] [dɪs'gʌstɪd] [baɪ] [hɪz; ɪz] [ækt] .

where	no	one	need	be	disgusted	by	his	act	.
在哪里	不	一	需要	是	厌恶	经过	他的	行为	.

他的行为完全不会引起任何人的反感。

['sɜːrt(ə)nli] [noʊ] [wʌn] [huː] [hæz; həz] [rɪ'gɑːrd] [fɔːr; fər] ['diːs(ə)nsi] [wʊd] ['evər] [spɪt] [ə'pɑːn] [ðə; ði] [flɔːr] [ʌv; əv]

Certainly	no	one	who	has	regard	for	decency	would	ever	spit	upon	the	floor	of
当然	不	一	WHO	有	看待	为了	体面	会	曾经	吐	之上	这	地面	的

[ə; eɪ] ['mɑːrkɪt] .

a	market	.
一个	市场	.

当然，任何有礼貌的人都不会在市场地板上吐痰。

[wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [meɪk] [ʃʊr] [ðæt] [ɔːl] ['vedʒtəb(ə)lz] [wɪtʃ] [wiː; wi] [bai] [ɑːr; ər] [freʃ] [ænd; ənd] [ɪn] [gʊd]

We	should	make	sure	that	all	vegetables	which	we	buy	are	fresh	and	in	good
我们	应该	制作	当然	那	全部	蔬菜	哪个	我们	买	是	新鲜的	和	在	好的

[kən'dɪʃ(ə)n] . -

condition	.	35
状况	.	-

我们应该确保购买的所有蔬菜都是新鲜且品质良好的。35

[fuːd] [ðə; ði] [liːst] [bɪt] [dɪ'keɪd] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [biː; bi] ['iːtn] .

Food	the	least	bit	decayed	should	never	be	eaten	.
食物	这	至少	少量	腐烂的	应该	绝不	是	吃	.

哪怕只有一丝腐烂的食品都绝对不能食用。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['veri] ['deɪndʒərəs] [ɪn] [ðɪs] ['klaɪmət] ,

It	is	very	dangerous	in	this	climate	,
它	是	非常	危险的	在	这	气候	,

在这种气候条件下，这样做非常危险。

[wer] ['piːp(ə)l] [ɑːr; ər] [mɔːr] ['laɪkli] [ðæn; ðən] [ɪn] ['koʊldʒ] ['kʌntriz] [tuː; tə] [hæv; həv] ['trʌb(ə)l] [ʌv; əv] [ðə; ði]

where	people	are	more	likely	than	in	colder	countries	to	have	trouble	of	the
在哪里	人们	是	更多的	可能	比	在	更冷	国家	到	有	麻烦	的	这

['stʌmək] [ænd; ənd] ['baʊəlz] .

stomach	and	bowels	.
胃	和	肠道	.

与寒冷国家相比，这些地区的人们更容易出现胃肠道疾病。

[nɑːt] ['iːv(ə)n] ['kʊkɪŋ] [wɪl] [meɪk] [dɪ'keɪd] ['vedʒtəb(ə)lz] [fɪt] [tuː; tə] [iːt] .

Not	even	cooking	will	make	decayed	vegetables	fit	to	eat	.
不是	甚至	烹饪	将要	制作	腐烂的	蔬菜	合身	到	吃	.

即使烹煮也无法使腐烂的蔬菜变得可以食用。

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [ɪn][ðem; ðəm] ['iriteits] [ðə; ði]['laɪnɪŋ][ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] [kə'næl][ænd; ənd] [meɪks] [ˌjuː 'es]

The	poison	in	them	irritates	the	lining	of	the	food	canal	and	makes	us
这	毒	在	他们	刺激	这	衬垫	的	这	食物	运河	和	制作	我们

[sɪk] .

sick	.
生病的	.

它们所含的毒素会刺激食道内壁，使我们生病。

[bɪ'saɪdz] , [ðer; ðər][ɪz] ['veri] ['lɪt(ə)l] ['nɜːrɪʃmənt] [ɪn] [pʊr] ['vedʒtəb(ə)lz] ; [soʊ] [ðæt] [ɪf] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['iːtn]

Besides	,	there	is	very	little	nourishment	in	poor	vegetables	;	so	that	if	they	are	eaten
除了	,	那里	是	非常	小的	营养	在	贫穷的	蔬菜	;	所以	那	如果	他们	是	吃

,

,

,

此外，劣质蔬菜营养价值很低；因此，如果食用它们，

[ðə; ði] [blʌd] [gets] [θɪn] [ænd; ənd]['kænɑːt] [fiːd] [ðə; ði]['bɑːdi] .

the	blood	gets	thin	and	cannot	feed	the	body	.
这	血	获得	薄的	和	不能	喂养	这	身体	.

血液变得稀薄，无法为身体提供营养。

[naʊ] [ðæt] [wiː; wi][hæv; həv][fruːt][ænd; ənd]['sæləd] , [wiː; wi] [wɪl] [bai] [sʌm; səm][kə'moʊtiz][ænd; ənd]['gɑːbi]

Now	that	we	have	fruit	and	salad	,	we	will	buy	some	camotes	and	gabi
现在	那	我们	有	水果	和	沙拉	,	我们	将要	买	一些	红薯	和	加比

,

,

,

既然我们已经有了水果和沙拉，接下来就去买些红薯和芋头吧。

[ænd; ənd][sʌm; səm] [skwɑːʃ] , [hɪr] [æt; ət] [ðɪs] [stɔːl] [wer] ['evriθɪŋ] [siːmz] [soʊ] [kliːn] .

and	some	squash	,	here	at	this	stall	where	everything	seems	so	clean	.
和	一些	壁球	,	这里	在	这	摊位	在哪里	一切	似乎	所以	干净的	.

这里还有一些南瓜，在这个看起来如此干净的小摊上。

[sʌm; səm][tə'meɪtoʊz] , [tuː] , [bʌt; bət][wiː; wi] [wɪl] [nɑːt] [bai] ['eni] [ʌv; əv][ðə; ði] [biːnz] [tuː; tə] - [deɪ] ;

Some	tomatoes	,	too	,	but	we	will	not	buy	any	of	the	beans	to	-	day	;
一些	西红柿	,	也	,	但	我们	将要	不是	买	任何	的	这	豆子	到	-	天	;

还有一些西红柿，但是今天我们不买豆子；

[ðeɪ] [siːm] [sɔːft][ænd; ənd] ['flæbi] , [ænd; ənd][wiː; wi] [meɪ] [biː; bi] [ʃʊr] [ðæt] [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] [freʃ] .

they	seem	soft	and	flabby	,	and	we	may	be	sure	that	they	are	not	fresh	.
他们	似乎	柔软的	和	松弛	,	和	我们	可能	是	当然	那	他们	是	不是	新鲜的	.

它们看起来软塌塌的，我们可以肯定它们不新鲜。

[miːt] ?

Meat	?
肉	?

肉?

[jes] , [baɪ][ænd; ənd][baɪ] ; [bʌt; bət][wiː; wi][ʃæl; ʃəl][duː] ['betər] [tuː; tə][get] [ðæt] ['elsˌwer] .

Yes	,	by	and	by	;	but	we	shall	do	better	to	get	that	elsewhere	.
是的	,	经过	和	经过	;	但	我们	将	做	更好的	到	得到	那	别处	.

是的，迟早会实现的；但我们最好从其他途径获得它。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][bæd][fɔːr; fər] [miːt] [tuː; tə][laɪ][ɪn][ðə; ði]['oʊpən] [er] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [hɪr] .

It	is	bad	for	meat	to	lie	in	the	open	air	as	it	does	here	.
它	是	坏的	为了	肉	到	说谎	在	这	打开	空气	作为	它	做	这里	.

肉像这样露天放置一段时间对身体不好。

[miːt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kɪld] [æt; ət] [liːst] ['twenti] - [fɔːr] ['aʊərz] [bɪ'fɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['iːtn] ,

Meat	should	be	killed	at	least	twenty	-	four	hours	before	it	is	eaten	,
肉	应该	是	被杀	在	至少	二十	-	四	小时	前	它	是	吃	,

肉类至少应在食用前24小时宰杀。

[ænd; ənd] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kept] [soʊ] [lɔːŋ] , [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi][ɑːn][aɪs] .

and	if	it	is	kept	so	long	,	it	must	be	on	ice	.
和	如果	它	是	保留	所以	长的	,	它	必须	是	在	冰	.

如果要保存这么长时间，就必须放在冰上。

['ʌðərwaɪz] , [ˌaɪ 'tiː] spoils36

Otherwise	,	it	spoils36
否则	,	它	spoils36

否则，它会破坏36

[ɪn][ə; eɪ] ['veri] [fjuː] ['aʊərz] .

in	a	very	few	hours	.
在	一个	非常	很少	小时	.

短短几个小时之内。

[miːt] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [biː; bi] [left] [wer] [flaɪz] [kæn; kən] [laɪt] [ɑːn][ˌaɪ 'tiː] ,

Meat	should	never	be	left	where	flies	can	light	on	it	,
肉	应该	绝不	是	左边	在哪里	苍蝇	能	光	在	它	,

肉绝对不能放在苍蝇能碰到的地方。

[ænd; ənd][juː; jʊ] [siː] [ðæt] [ðə; ði] [miːt] [hɪr] [ɪz] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ][flaɪz] .

and	you	see	that	the	meat	here	is	covered	with	flies	.
和	你	看	那	这	肉	这里	是	涵盖	和	苍蝇	.

你看，这里的肉上爬满了苍蝇。

[ə; eɪ] ['mɑːrkɪt] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] .

A	Market	as	it	should	be	.
一个	市场	作为	它	应该	是	.

这才是市场应有的样子。

[flaɪz] [ɑːr; ər] [greɪt] ['kæriərz] [ʌv; əv] [dɪ'ziːz] , [ænd; ənd]['ɔːf(ə)n] [teɪk] [dʒəːmz][frʌm; frəm] [pleɪs] [tuː; tə]

Flies	are	great	carriers	of	disease	,	and	often	take	germs	from	place	to
苍蝇	是	伟大的	承运人	的	疾病	,	和	经常	拿	细菌	从	地方	到

[pleɪs] [ɑːn][ðer; ðər] [fiːt] .

place	on	their	feet	.
地方	在	他们的	脚	.

苍蝇是疾病的传播媒介，经常用脚将病菌从一个地方带到另一个地方。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] [flaɪz] [meɪ] [hæv; həv][dʒʌst] [left] ['pleɪsɪz] [wer] [ðer; ðər][ɪz]['fiːvər][ɔːr] ['kɑːlərə] ,

Some	of	these	flies	may	have	just	left	places	where	there	is	fever	or	cholera	,
一些	的	这些	苍蝇	可能	有	只是	左边	地方	在哪里	那里	是	发烧	或者	霍乱	,

这些苍蝇可能刚刚离开有发烧或霍乱的地方。

[ɔːr]['smɔːlpɑːks] , [ænd; ənd] [ðeɪ] [kæn; kən] ['iːzəli] [liːv] [ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] [ðiːz] [dɪ'ziːzɪz] [ɑːn][ðə; ði]

or	smallpox	,	and	they	can	easily	leave	the	germs	of	these	diseases	on	the
或者	天花	,	和	他们	能	容易地	离开	这	细菌	的	这些	疾病	在	这

meat37

meat37
meat37

或者天花，它们很容易将这些疾病的病菌留在肉上[37]。

[wer] [ðeɪ] [nekst] [ə'laɪt] .

where	they	next	alight	.
在哪里	他们	下一个	点燃	.

他们接下来要在哪里下车。

[soʊ][juː; jʊ] [siː] [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['veri] ['kerf(ə)l] [wer] [wiː; wi] [bai] [miːt] , [ænd; ənd] [wʌt] [sɔːrt]

So	you	see	we	should	be	very	careful	where	we	buy	meat	,	and	what	sort
所以	你	看	我们	应该	是	非常	小心	在哪里	我们	买	肉	,	和	什么	种类

[wiː; wi] [bai] .

we	buy	.
我们	买	.

所以你看，我们应该非常谨慎地选择购买肉类的地点和种类。

[ðer; ðər][ɪz] ['plenti] [ʌv; əv] ['poʊltri] [ɪn][ðə; ði]['mɑːrkɪt][tuː; tə] - [deɪ] , — ['tʃɪkɪnz] , [dʌks] [ænd; ənd]

There	is	plenty	of	poultry	in	the	market	to	-	day	,	—	chickens	,	ducks	and
那里	是	很多	的	家禽	在	这	市场	到	-	天	,	一	鸡	,	鸭子	和

['pɪdʒɪns] ,

pigeons	,
鸽子	,

今天市场上有很多家禽——鸡、鸭和鸽子。

[ɔːl][ə'laɪv] , [ænd; ənd] ['diːlɚz] [ɔːl] ['æŋkʃəs] [tuː; tə] [sel] .

all	alive	,	and	dealers	all	anxious	to	sell	.
全部	活	,	和	经销商	全部	焦虑的	到	卖	.

所有商品都还活着，而且经销商都急于出售。

[ɪf] [wiː; wi] [bai] [ə; eɪ] ['tʃɪkɪn] , [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][get][ˌaɪ 'tiː][hoʊm][æz; əz] ['kerfəli] [æz; əz][wiː; wi][kæn; kən]

If	we	buy	a	chicken	,	we	should	get	it	home	as	carefully	as	we	can
如果	我们	买	一个	鸡	,	我们	应该	得到	它	家	作为	小心	作为	我们	能

,

,
,

如果我们买了一只鸡，就应该尽可能小心地把它带回家。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə][rest][ænd; ənd][get]['oʊvər][ɪts] [fraɪt] [bɪ'fɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]

and	it	should	be	allowed	to	rest	and	get	over	its	fright	before	it	is
和	它	应该	是	允许	到	休息	和	得到	超过	它是	惊吓	前	它	是

[kɪld] .

killed	.
被杀	.

应该让它休息一下，从惊吓中恢复过来，然后再处死它。

[ðen] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kɪld] [æz; əz]['kwaɪətli][ænd; ənd] ['kwɪkli] [æz; əz]['pɑːsəb(ə)l] ,

Then	it	should	be	killed	as	quietly	and	quickly	as	possible	,
然后	它	应该	是	被杀	作为	悄悄	和	迅速地	作为	可能的	,

然后应该尽可能悄无声息、迅速地杀死它。

[æz; əz] ['ʌðərwaɪz] [ðə; ði] [miːt] [wɪl] [biː; bi] ['fiːvərɪʃ] [ænd; ənd][bæd][fɔːr; fər] [fuːd] .

as	otherwise	the	meat	will	be	feverish	and	bad	for	food	.
作为	否则	这	肉	将要	是	发烧	和	坏的	为了	食物	.

否则，肉就会发霉，不能食用。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kɪld] [sʌm; səm]['aʊərz] [bɪ'fɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['niːdɪd] [fɔːr; fər] [fuːd] ,

It	should	be	killed	some	hours	before	it	is	needed	for	food	,
它	应该	是	被杀	一些	小时	前	它	是	需要	为了	食物	,

应该在需要食用前几个小时宰杀。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [fleʃ] [meɪ] [kuːl] .

so	that	the	flesh	may	cool	.
所以	那	这	肉	可能	凉爽的	.

好让肉体冷却下来。

[tuː; tə] [kɪl] [ˌaɪ 'tiː][dʒʌst] [bɪ'fɔːr] ['kʊkɪŋ] , [æz; əz][ɪz]['ɔːlmoʊst]['ɔːlweɪz] [dʌn] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ,

To	kill	it	just	before	cooking	,	as	is	almost	always	done	in	this	country	,
到	杀	它	只是	前	烹饪	,	作为	是	几乎	总是	完毕	在	这	国家	,

在这个国家，几乎所有人都会在烹饪前宰杀它。

[ɪz][ə; eɪ] ['veri] [bæd] ['kʌstəm] , [æz; əz] [fleʃ] [soʊ] [kɪld] [ɪz][nɑːt] ['hoʊlsəm] .

is	a	very	bad	custom	,	as	flesh	so	killed	is	not	wholesome	.
是	一个	非常	坏的	风俗	,	作为	肉	所以	被杀	是	不是	健康	.

这是一种非常不好的习俗，因为这样宰杀的肉是不卫生的。

[hɪr] [ɑːr; ər][ðə; ði] [fɪʃ] [stɔːlz] ; [ænd; ənd] [hɪr] [ɑːr; ər][ðə; ði] [fɪʃ] , [moʊst][ʌv; əv][ðem; ðəm][əˈlaɪv]

Here	are	the	fish	stalls	;	and	here	are	the	fish	,	most	of	them	alive
这里	是	这	鱼	摊位	;	和	这里	是	这	鱼	,	最多	的	他们	活

[ænd; ənd] [ˈflɔpiŋ] [əˈbaʊt] .

and	flopping	about	.
和	扑腾	关于	.

这里是鱼摊；这里是鱼，大部分都还活着，在水里扑腾。

[fɪʃ] [kɔːt] [ɪn][ðə; ði][ˈrɪvər][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi] [bɔːt] [ənˈles] [ðeɪ] [ɑːr; ər][əˈlaɪv] ;

Fish	caught	in	the	river	should	not	be	bought	unless	they	are	alive	;
鱼	捕捉	在	这	河	应该	不是	是	买	除非	他们	是	活	;

从河里捕捞的鱼，除非是活的，否则不应该购买；

[freʃ] - [ˈwɔːtər] [fɪʃ] [spɔɪl][soʊ] [ˈkwɪkli] [ðæt] [ənˈles] [əˈlaɪv] [wen] [bɔːt] ,

fresh	-	water	fish	spoil	so	quickly	that	unless	alive	when	bought	,
新鲜的	-	水	鱼	剧透	所以	迅速地	那	除非	活	什么时候	买	,

淡水鱼极易腐烂，除非购买时是活的，否则

[ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] [ˈlaɪkli] [tuː; tə][biː; bi][fɪt][fɔːr; fər] [fuːd] .

they	are	not	likely	to	be	fit	for	food	.
他们	是	不是	可能	到	是	合身	为了	食物	.

它们不太可能适合食用。

[diːp] - [siː] [fɪʃ] [meɪ] [biː; bi] [bɔːt] [ded] , [ænd; ənd] are38

Deep	-	sea	fish	may	be	bought	dead	,	and	are38
深的	-	海	鱼	可能	是	买	死的	,	和	are38

深海鱼可能买到的是死鱼，而且是38

[seɪf] [tuː; tə] [iːt] [ɪf] [ðə; ði][gils][ɑːr; ər] [braɪt] [red] [ænd; ənd][ðə; ði] [skeɪlz] [kliːn] [ænd; ənd] [ˈʃaɪni] .

safe	to	eat	if	the	gills	are	bright	red	and	the	scales	clean	and	shiny	.
安全的	到	吃	如果	这	鳃	是	明亮的	红色的	和	这	秤	干净的	和	闪亮的	.

如果鱼鳃呈鲜红色，鱼鳞干净有光泽，则可以安全食用。

[ɪf] [ðə; ði][gils] [lʊk] [dʌl] [ænd; ənd] [ˈbluːɪʃ] , [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][ˈnevər] [θɪŋk] [ʌv; əv] [ˈbaɪɪŋ] [ðə; ði] [fɪʃ] ;

If	the	gills	look	dull	and	bluish	,	we	should	never	think	of	buying	the	fish	;
如果	这	鳃	看	乏味的	和	蓝蓝色	,	我们	应该	绝不	思考	的	购买	这	鱼	;

如果鱼鳃看起来暗淡发蓝，我们就绝对不应该购买这条鱼；

[fɔːr; fər][ˌaɪ ˈtiː][hæz; həz] [bɪn] [aʊt][ʌv; əv][ðə; ði][ˈwɔːtər] [tuː] [lɔːŋ] .

for	it	has	been	out	of	the	water	too	long	.
为了	它	有	到过	出去	的	这	水	也	长的	.

因为它离开水面太久了。

[kræbz][ænd; ənd] [ˈʌðər] [ˈʃelfɪʃ] [ʃʊd; ʃəd] [ˈɔːlweɪz] [biː; bi] [bɔːt] [əˈlaɪv] , [ənˈles] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [ɔːlˈredi]

Crabs	and	other	shellfish	should	always	be	bought	alive	,	unless	they	are	already
螃蟹	和	其他	贝类	应该	总是	是	买	活	,	除非	他们	是	已经

[kʊkt] [ænd; ənd][ˈfroʊz(ə)n] ,

cooked	and	frozen	,
煮熟	和	冷冻	,

螃蟹和其他贝类应该购买活的，除非它们已经煮熟冷冻。

[æz; əz][wiː; wi] [siː] [ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði][koʊld] [ˈstɔːrɪdʒ] [haʊs] .

as	we	see	them	in	the	cold	storage	house	.
作为	我们	看	他们	在	这	寒冷的	贮存	房子	.

正如我们在冷库里看到的那样。

[ðen] [ðeɪ] [mʌst; məst][biː; bi] [kept] [ɑːn][aɪs] [ʌnˈtɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [meɪd] [ˈredi] [fɔːr; fər][ðə; ði] [ˈteɪbl] .

Then	they	must	be	kept	on	ice	until	they	are	made	ready	for	the	table	.
然后	他们	必须	是	保留	在	冰	直到	他们	是	制成	准备好	为了	这	桌子	.

然后必须将它们放在冰上保存，直到可以端上桌为止。

[bʌt; bət] ['ʌndər] [ðə; ði] ['veri] [best] ['sɜːrkəmstænsɪz] ['ʃelfɪʃ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['sperɪŋli] [juːst] [ɪn] [ðɪs]

But	under	the	very	best	circumstances	shellfish	should	be	sparingly	used	in	this
但	在下面	这	非常	最好的	情况	贝类	应该	是	少量地	用过的	在	这

['kʌntri] ,

country	,
国家	,

但即便在最好的情况下，贝类在这个国家也应该谨慎食用。

[æz; əz] [ðeɪ] [ɑːr; ər][ðə; ði] [kɔːz] [ʌv; əv] [mʌtʃ] ['trʌb(ə)l] [ʌv; əv][ðə; ði][daɪ'dʒestʃən] .

as	they	are	the	cause	of	much	trouble	of	the	digestion	.
作为	他们	是	这	原因	的	很多	麻烦	的	这	消化	.

因为它们是造成消化系统诸多问题的原因。

[wiː; wi] [wɪl] [baɪ] [sʌm; səm][raɪs][tuː; tə] - [deɪ] , [bʌt; bət][wiː; wi][mʌst; məst] [lʊk] [æt; ət][ˌaɪ 'tiː] ['kerfəli]

We	will	buy	some	rice	to	-	day	,	but	we	must	look	at	it	carefully
我们	将要	买	一些	米	到	-	天	,	但	我们	必须	看	在	它	小心

[fɜːrst] .

first	.
第一的	.

我们今天打算买些大米，但必须先仔细看看。

[gʊd] [raɪs][ɪz] [kliːn] [ænd; ənd] [waɪt] .

Good	rice	is	clean	and	white	.
好的	米	是	干净的	和	白色的	.

优质大米干净洁白。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [friː] [frʌm; frəm][moʊld] , [ænd; ənd][ðer; ðər][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][noʊ] ['mʌsti] [smel] [ə'baʊt][ˌaɪ 'tiː] .

It	is	free	from	mold	,	and	there	should	be	no	musty	smell	about	it	.
它	是	自由的	从	模具	,	和	那里	应该	是	不	发霉的	闻	关于	它	.

它没有发霉，也不会有霉味。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] ['eni] [sʌtʃ] [smel] , [wiː; wi] [wɪl] [nɑːt] [baɪ] [ˌaɪ 'tiː] , [fɔːr; fər][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ʌn'fɪt][fɔːr; fər] [fuːd]

If	it	has	any	such	smell	,	we	will	not	buy	it	,	for	it	is	unfit	for	food
如果	它	有	任何	这样的	闻	,	我们	将要	不是	买	它	,	为了	它	是	不合格	为了	食物

.

:
.

如果它有这种气味，我们就不会买，因为它不适合食用。

[ˌaɪ 'tiː] [ɔːt] [nɑːt][tuː; tə][biː; bi] [fed] , ['iːv(ə)n][tuː; tə][ðə; ði] ['tʃɪkɪnz] .

It	ought	not	to	be	fed	,	even	to	the	chickens	.
它	应该	不是	到	是	美联储	,	甚至	到	这	鸡	.

它不应该被喂食，即使是喂鸡也不行。

['moʊldi][ænd; ənd]['dɜːrti][raɪs][ɪz][ə; eɪ] ['kɑːmən] [kɔːz] [ʌv; əv][ðə; ði] [dɪ'ziːz] [kɔːld] ['bɛri] - ['bɛri] ,

Moldy	and	dirty	rice	is	a	common	cause	of	the	disease	called	beri	-	beri	,
发霉的	和	肮脏的	米	是	一个	常见的	原因	的	这	疾病	称为	贝里	-	贝里	,

发霉变脏的米饭是引起脚气病的常见原因。

[wɪtʃ] [ɪz][soʊ]['ɔːf(ə)n]['feɪt(ə)l][ɪn]['trɑːpɪk(ə)l] ['kʌntriz] .

which	is	so	often	fatal	in	tropical	countries	.
哪个	是	所以	经常	致命的	在	热带	国家	.

这在热带国家往往是致命的。

['meni] ['piːp(ə)l][ɑːr; ər][nɑːt]['pruːd(ə)nt][ə'baʊt] selecting39

Many	people	are	not	prudent	about	selecting39
许多	人们	是	不是	谨慎	关于	selecting39

许多人在选择时不够谨慎39

[ænd; ənd] ['kʊkɪŋ] [ðer; ðər][raɪs] .

and	cooking	their	rice	.
和	烹饪	他们的	米	.

然后他们开始煮米饭。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] ['kerləs] [ænd; ənd]['ɔːf(ə)n] [bai] ['mʌsti] [raɪs] , [nɔːr][duː] [ðeɪ] [kʊk] [ˌaɪ 'tiː] [lɔːŋ] [ɪ'nʌf] .

They	are	careless	and	often	buy	musty	rice	,	nor	do	they	cook	it	long	enough	.
他们	是	粗心	和	经常	买	发霉的	米	,	也不	做	他们	厨师	它	长的	足够的	.

他们粗心大意，经常买到发霉的大米，而且煮的时间也不够长。

[ðeɪ] [iːt] [ˌaɪ 'tiː][hæf] [kʊkt] , [ænd; ənd] ['meni] ['piːp(ə)l] [laɪk][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [bəːnd] .

They	eat	it	half	cooked	,	and	many	people	like	it	a	little	burned	.
他们	吃	它	一半	煮熟	,	和	许多	人们	喜欢	它	一个	小的	烧伤	.

他们吃半熟的，很多人喜欢吃有点焦的。

[prɪ'perd] [ðɪs] [wei] [ðə; ði][raɪs][ɪz][hɑːrd][tuː; tə][daɪ'dʒest] ,

Prepared	this	way	the	rice	is	hard	to	digest	,
准备	这	方式	这	米	是	难的	到	消化	,

这样烹制的米饭难以消化。

[ænd; ənd][ɪz] ['ɪrɪteɪtɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] ['sɪstəm] [ænd; ənd][tuː; tə][ðə; ði] [fuːd] [kə'næl] .

and	is	irritating	to	the	system	and	to	the	food	canal	.
和	是	令人恼火的	到	这	系统	和	到	这	食物	运河	.

对消化系统和食道有刺激作用。

[ə; eɪ] [groʊn] [mæn] [huː] [ɪz] [wel] [ænd; ənd] [strɔːŋ] [niːdz] [ə; eɪ]['sɜːrt(ə)n] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [fuːd] ['evri] [deɪ]

A	grown	man	who	is	well	and	strong	needs	a	certain	amount	of	food	every	day
一个	生长	男人	WHO	是	出色地	和	强的	需求	一个	肯定	数量	的	食物	每一个	天

,

,

,

一个身体健康、体格强壮的成年男性每天都需要一定量的食物。

[tuː; tə] [kiːp] [hɪm; ɪm][ɪn] [helθ] .

to	keep	him	in	health	.
到	保持	他	在	健康	.

为了保持他的健康。

[ðə; ði]['bɑːdi] [rɪ'kwaɪrz] ['wɔːtər] , [fæt] , ['ʃʊgər] , [ænd; ənd][æl'bjuːmən] , [ænd; ənd][sʌm; səm]['mɪnərəl][sɔːlts] .

The	body	requires	water	,	fat	,	sugar	,	and	albumen	,	and	some	mineral	salts	.
这	身体	需要	水	,	胖的	,	糖	,	和	蛋白	,	和	一些	矿物	盐	.

人体需要水、脂肪、糖、蛋白和一些矿物盐。

[æl'bjuːmən][ɪz][ə; eɪ] ['sʌbstəns] [rɪtʃ] [ɪn] [fuːd] [fɔːr; fər][ðə; ði]['bɑːdi] ,

Albumen	is	a	substance	rich	in	food	for	the	body	,
蛋白	是	一个	物质	富有的	在	食物	为了	这	身体	,

蛋白是人体所需的一种富含营养的物质。

[ʌv; əv] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ʌp][ə; eɪ][lɑːrdʒ][pɑːrt] .

of	which	it	makes	up	a	large	part	.
的	哪个	它	制作	向上	一个	大的	部分	.

其中它占很大一部分。

[ðə; ði] [waɪt] [ʌv; əv] [eg] [ɪz]['ɔːlmoʊst] [pjʊr] [æl'bjuːmən] , [ænd; ənd] ['ðerfɔːr] [egz] [ɑːr; ər] ['veri] [gʊd]

The	white	of	egg	is	almost	pure	albumen	,	and	therefore	eggs	are	very	good
这	白色的	的	蛋	是	几乎	纯的	蛋白	,	和	所以	鸡蛋	是	非常	好的

[fɔːr; fər] [fuːd] .

for	food	.
为了	食物	.

蛋清几乎完全由蛋白组成，因此鸡蛋是非常好的食品。

[mɪlk] , [wɪtʃ] [ɪz][ðə; ði]['oʊnli] [fuːd] ['veri] [jʌŋ] ['beɪbiːz][ʃʊd; ʃəd][hæv; həv] ,

Milk	,	which	is	the	only	food	very	young	babies	should	have	,
牛奶	,	哪个	是	这	仅有的	食物	非常	年轻的	婴儿	应该	有	,

牛奶是小婴儿唯一应该吃的食物。

[kən'teɪnz] [ɔ:l] [ðə; ði] [θɪŋz] [wɪtʃ] [ðə; ði]['bɑ:di] [ni:dz] , [ænd; ənd][ɪn][dʒʌst][ðə; ði] [raɪt] ['kwɑ:ntətiz] .

contains	all	the	things	which	the	body	needs	,	and	in	just	the	right	quantities	.
包含	全部	这	事物	哪个	这	身体	需求	,	和	在	只是	这	正确的	数量	.

它含有身体所需的所有物质，而且含量恰到好处。

[ˌaɪ 'ti:][hæz; həz]['wɔ:tər] , ['ʃʊgər] , [fæt] , [æl'bju:mən] , [ænd; ənd][sʌm; səm] ['mɪnərəl] ['mætər] .

It	has	water	,	sugar	,	fat	,	albumen	,	and	some	mineral	matter	.
它	有	水	,	糖	,	胖的	,	蛋白	,	和	一些	矿物	事情	.

它含有水、糖、脂肪、蛋白和一些矿物质。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

如何生活：菲律宾群(How to live A manual of hygiene for use in the)

[miːt] [hæz; həz][æl'bjuːmən][ænd; ənd][fæt] , [bʌt; bət][noʊ]['ʃʊgər] , [ænd; ənd] [fɪʃ] [ɪz]['sɪmələr][tuː; tə] [miːt]
Meat 肉 **has** 有 **albumen** 蛋白 **and** 和 **fat** 胖的 **,** , **but** 但 **no** 不 **sugar** 糖 **,** , **and** 和 **fish** 鱼 **is** 是 **similar** 相似的 **to** 到 **meat** 肉
[ɪn] [ðɪs] [rɪ'spekt] .
in 在 **this** 这 **respect** 尊重 **.** .

肉类含有蛋白质和脂肪，但不含糖，鱼类在这方面与肉类相似。

[moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] ['ʃʊgər] [wiː; wi] [teɪk] ['ɪntuː][ðə; ði]['bɑːdi][wiː; wi] ['riːəli] [iːt] [ɪn][ðə; ði][fɔːrm][ʌv; əv]
Most 最多 **of** 的 **the** 这 **sugar** 糖 **we** 我们 **take** 拿 **into** 进入 **the** 这 **body** 身体 **we** 我们 **really** 真的 **eat** 吃 **in** 在 **the** 这 **form** 形式 **of** 的
[stɑːrtʃ] ,
starch 淀粉 **,** ,

我们摄入体内的大部分糖分实际上是以淀粉的形式存在的。

[bʌt; bət] the40
but 但 **the40** the40

但40

[sə'laɪvə][ɪn][ðə; ði] [maʊθ] [tɜːrnz][ðə; ði] [stɑːrtʃ] ['ɪntuː] ['ʃʊgər] .
saliva 唾液 **in** 在 **the** 这 **mouth** 嘴 **turns** 转弯 **the** 这 **starch** 淀粉 **into** 进入 **sugar** 糖 **.** .

口腔中的唾液会将淀粉转化为糖。

[ðə; ði] [sɪ'kriːʃənz] [ʌv; əv][ðə; ði]['lɪvər][duː] [ðɪs] ['ɔːlsoʊ] .
The 这 **secretions** 分泌物 **of** 的 **the** 这 **liver** 肝 **do** 做 **this** 这 **also** 还 **.** .

肝脏分泌物也有这种作用。

[raɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['stɑːrtʃi] [fuːd] .
Rice 米 **is** 是 **a** 一个 **starchy** 淀粉 **food** 食物 **.** .

大米是一种淀粉类食物。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ʌv; əv] [stɑːrtʃ] , [ænd; ənd] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi] [iːt] [ˌaɪ 'tiː] , [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd]
It 它 **contains** 包含 **a** 一个 **great** 伟大的 **deal** 交易 **of** 的 **starch** 淀粉 **,** , **and** 和 **before** 前 **we** 我们 **eat** 吃 **it** 它 **,** , **it** 它 **should** 应该
[biː; bi] [wel] [kʊkt] ,
be 是 **well** 出色地 **cooked** 煮熟 **,** ,

它含有大量淀粉，食用前必须彻底煮熟。

[soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][sɔːft] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][biː; bi]['æktɪd][ə'pɑːn][baɪ][ðə; ði][sə'laɪvə][ænd; ənd] [tɜːrnd] ['ɪntuː]
so 所以 **that** 那 **it** 它 **is** 是 **soft** 柔软的 **enough** 足够的 **to** 到 **be** 是 **acted** 行动 **upon** 之上 **by** 经过 **the** 这 **saliva** 唾液 **and** 和 **turned** 转向 **into** 进入
['ʃʊgər] ;
sugar 糖 **;** ;

这样它就足够柔软，可以被唾液作用转化为糖；

['ʌðərwaɪz] , [ðə; ði]['lɪvər][hæz; həz][ɔːl] [ðɪs] [wɜːrk][tuː; tə][duː] .
otherwise 否则 **,** , **the** 这 **liver** 肝 **has** 有 **all** 全部 **this** 这 **work** 工作 **to** 到 **do** 做 **.** .

否则，肝脏就得承担所有这些工作。

[kɔːrn] , [pə'tetoz] , [miːl] , [bred] , [ɑːr; ər][ɔːl] ['stɑːrtʃi] [fuːdz] ,

Corn	**,**	**potatoes**	**,**	**meal**	**,**	**bread**	**,**	**are**	**all**	**starchy**	**foods**	**,**
玉米	,	土豆	,	一顿饭	,	面包	,	是	全部	淀粉	食物	,

玉米、土豆、面粉、面包都是淀粉类食物。

[ænd; ənd][wiː; wi][get][wɪð; wɪθ][ðem; ðəm] ['nɪrli] [ɔːl][ʌv; əv][ðə; ði]['mɪnərəl] ['sʌbstənsiz] ['niːdɪd] ;

and	**we**	**get**	**with**	**them**	**nearly**	**all**	**of**	**the**	**mineral**	**substances**	**needed**	**;**
和	我们	得到	和	他们	几乎	全部	的	这	矿物	物质	需要	;

我们从它们身上几乎获得了所有必需的矿物质;

[bʌt; bət][tuː; tə][moʊst][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [fuːd] [wiː; wi] [niːd] [tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt] .

but	**to**	**most**	**of**	**our**	**food**	**we**	**need**	**to**	**add**	**a**	**little**	**salt**	**.**
但	到	最多	的	我们的	食物	我们	需要	到	添加	一个	小的	盐	.

但我们大多数食物都需要加一点盐。

[bə'nænəz][ænd; ənd] ['ʌðər] [fruːts] , [wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər][raɪp] , [ɔːl][hæv; həv] ['ʃʊgər] ,

Bananas	**and**	**other**	**fruits**	**,**	**when**	**they**	**are**	**ripe**	**,**	**all**	**have**	**sugar**	**,**
香蕉	和	其他	水果	,	什么时候	他们	是	成熟	,	全部	有	糖	,

香蕉和其他水果成熟时都含有糖分。

[ænd; ənd][ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ['piːp(ə)l][ɑːr; ər] ['fɔːrtʃənət] [ɪn] ['hævɪŋ] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [keɪn] [tuː; tə] [iːt] .

and	**in**	**this**	**country**	**people**	**are**	**fortunate**	**in**	**having**	**the**	**sugar**	**cane**	**to**	**eat**	**.**
和	在	这	国家	人们	是	幸运	在	拥有	这	糖	甘蔗	到	吃	.

在这个国家，人们很幸运能有甘蔗可以吃。

[ɪf] [wʌn] [dʌz] [nɑːt] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] [ʌv; əv] [ðɪs] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['plez(ə)nt] [ænd; ənd] ['hoʊlsəm] ,

If	**one**	**does**	**not**	**eat**	**too**	**much**	**of**	**this**	**,**	**it**	**is**	**pleasant**	**and**	**wholesome**	**,**
如果	一	做	不是	吃	也	很多	的	这	,	它	是	令人愉快的	和	健康	,

如果不吃太多，这种食物既美味又健康。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['veri] [gʊd] [fɔːr; fər][ðə; ði] [tiːθ] ; [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðem; ðəm] [waɪt] [ænd; ənd] [kiːps]

and	**it**	**is**	**very**	**good**	**for**	**the**	**teeth**	**;**	**it**	**makes**	**them**	**white**	**and**	**keeps**
和	它	是	非常	好的	为了	这	牙齿	;	它	制作	他们	白色的	和	保持

[ðem; ðəm] ['helθi] .

them	**healthy**	**.**
他们	健康	.

而且它对牙齿非常好；它能使牙齿洁白，保持牙齿健康。

[bɪ'saɪdz] [wʌt] [hiː; hi] [teɪks] [ɪn][wɪð; wɪθ][hɪz; ɪz]['sɑːlɪd] [fuːd] ,

Besides	**what**	**he**	**takes**	**in**	**with**	**his**	**solid**	**food**	**,**
除了	什么	他	需要	在	和	他的	坚硬的	食物	,

除了他从固体食物中摄取的营养之外，

[ə; eɪ][mæn][ʃʊd; ʃəd] [drɪŋk] [θriː] [paɪnts][ʌv; əv]['wɔːtər][ə; eɪ] [deɪ] .

a	**man**	**should**	**drink**	**three**	**pints**	**of**	**water**	**a**	**day**	**.**
一个	男人	应该	喝	三	品脱	的	水	一个	天	.

男人每天应该喝三品脱水。

[ɪf] [hiː; hi] [drɪŋks] [tiː] [ɔːr] ['kɔːfi] [hiː; hi] [wɪl] [get][sʌm; səm]['wɔːtər][wɪð; wɪθ] [ðiːz] ,

If	**he**	**drinks**	**tea**	**or**	**coffee**	**he**	**will**	**get**	**some**	**water**	**with**	**these**	**,**
如果	他	饮料	茶	或者	咖啡	他	将要	得到	一些	水	和	这些	,

如果他喝茶或咖啡，他会同时喝一些水。

[ænd; ənd][soʊ] [wɪl] [nɑːt] [niːd] [soʊ] [mʌtʃ] , [bʌt; bət] [θriː] [paɪnts][ʌv; əv]['lɪkwɪd][ɑːr; ər] needed41

and	**so**	**will**	**not**	**need**	**so**	**much**	**,**	**but**	**three**	**pints**	**of**	**liquid**	**are**	**needed41**
和	所以	将要	不是	需要	所以	很多	,	但	三	品脱	的	液体	是	needed41

因此不需要那么多液体，但需要三品脱液体41

['deɪli] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði]['bɑːdi] [wel] .

daily	**to**	**keep**	**the**	**body**	**well**	**.**
日常的	到	保持	这	身体	出色地	.

每天服用以保持身体健康。

['piːp(ə)l][ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [drɪŋk]['ɔːlsoʊ][ðə; ði][sæp][ʌv; əv][ðə; ði]['kəukə,nʌt] [triː] [ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːtər]

People	**in**	**this**	**country**	**drink**	**also**	**the**	**sap**	**of**	**the**	**cocoanut**	**tree**	**and**	**the**	**water**
人们	在	这	国家	喝	还	这	树液	的	这	椰子	树	和	这	水

[kən'teɪnd] [ɪn][ðə; ði]['kəukə,nʌt][ɪt'self] .

contained	**in**	**the**	**cocoanut**	**itself**	**.**
包含	在	这	椰子	本身	.

这个国家的人们也饮用椰子树的汁液和椰子本身所含的水。

[ðiːz] [ɑːr; ər][bəuθ] [gʊd] [ænd; ənd] ['hoʊlsəm] , [wen] [freʃ] .

These	**are**	**both**	**good**	**and**	**wholesome**	**,**	**when**	**fresh**	**.**
这些	是	两个都	好的	和	健康	,	什么时候	新鲜的	.

新鲜的时候，这两种食物都很好吃，也很有营养。

[bʌt; bət] [ɪf] [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] [freʃ] , [ðeɪ] [kæn; kən][duː] [mʌtʃ] [hɑːrm] .

But	**if**	**they**	**are**	**not**	**fresh**	**,**	**they**	**can**	**do**	**much**	**harm**	**.**
但	如果	他们	是	不是	新鲜的	,	他们	能	做	很多	伤害	.

但如果不新鲜，它们会造成很大的危害。

[waɪ] [ðɪs] [ɪz][wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [siː] [ɪn] [ə'nʌðər] ['tʃæptər] .

Why	**this**	**is**	**we**	**shall**	**see**	**in**	**another**	**chapter**	**.**
为什么	这	是	我们	将	看	在	其他	章	.

至于原因，我们将在另一章中探讨。

['piːp(ə)l] [huː] [lɪv; laɪv][ɪn][ðə; ði]['trɑːpɪks] [niːd] [les] [fæt][ðæn; ðən] [ðoʊz] [ɪn]['koʊldɝ] ['kʌntriz] .

People	**who**	**live**	**in**	**the**	**tropics**	**need**	**less**	**fat**	**than**	**those**	**in**	**colder**	**countries**	**.**
人们	WHO	居住	在	这	热带	需要	较少的	胖的	比	那些	在	更冷	国家	.

生活在热带地区的人们比生活在寒冷地区的人们需要的脂肪更少。

[ə'weɪ] [ɪn][ðə; ði]['froʊz(ə)n] [nɔːrθ] [ðə; ði] ['ɛskɪˌmoʊz] [iːt] [greɪt] ['kwɑːntətiz] [ʌv; əv][fæt] [miːt] [ænd; ənd][ɔɪl]

Away	**in**	**the**	**frozen**	**north**	**the**	**Esquimaux**	**eat**	**great**	**quantities**	**of**	**fat**	**meat**	**and**	**oil**
离开	在	这	冷冻	北	这	爱斯基摩人	吃	伟大的	数量	的	胖的	肉	和	油

,

,

,

在遥远的北方冰天雪地里，爱斯基摩人食用大量的肥肉和油脂。

[ænd; ənd]['iːv(ə)n] ['tæloʊ] , [frʌm; frəm] [wɪtʃ] ['kændlz] [ɑːr; ər] [meɪd] .

and	**even**	**tallow**	**,**	**from**	**which**	**candles**	**are**	**made**	**.**
和	甚至	脂	,	从	哪个	蜡烛	是	制成	.

甚至还有制作蜡烛用的牛油。

[ðeɪ] [niːd] [mʌtʃ] [fæt][tuː; tə] [kiːp] [ðem; ðəm][wɔːrm] .

They	**need**	**much**	**fat**	**to**	**keep**	**them**	**warm**	**.**
他们	需要	很多	胖的	到	保持	他们	温暖的	.

它们需要大量的脂肪来保暖。

[ɪn][ðə; ði]['trɑːpɪks] , [ɑːn][ðə; ði] ['ʌðər] [hænd] , ['piːp(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [iːt] [bʌt; bət]['lɪt(ə)l][fæt] .

In	**the**	**tropics**	**,**	**on**	**the**	**other**	**hand**	**,**	**people**	**should**	**eat**	**but**	**little**	**fat**	**.**
在	这	热带	,	在	这	其他	手	,	人们	应该	吃	但	小的	胖的	.

另一方面，在热带地区，人们应该少吃脂肪。

[liːn] [miːt] [ɪz] [gʊd] , [ɪ'speʃəli] [biːf] , [bʌt; bət][pɔːrk] [reɪzd] [hɪr] [ɪz] ['veri] [ˌʌn'hoʊlsəm] .

Lean	**meat**	**is**	**good**	**,**	**especially**	**beef**	**,**	**but**	**pork**	**raised**	**here**	**is**	**very**	**unwholesome**	**.**
倾斜	肉	是	好的	,	尤其	牛肉	,	但	猪肉	提高	这里	是	非常	不健康的	.

瘦肉很好，尤其是牛肉，但这里养的猪肉非常不健康。

[ðə; ði][pɪgz] [ðəm'selvz] [iːt] [ɔːl] ['mænər] [ʌv; əv] [ˌʌn'kliːn] [θɪŋz] .

The	**pigs**	**themselves**	**eat**	**all**	**manner**	**of**	**unclean**	**things**	**.**
这	猪	他们自己	吃	全部	方式	的	不洁	事物	.

猪自己吃各种各样的不洁之物。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][ðə; ði]['nætʃ(ə)rəl]['skævɪndʒər] [ʌv; əv][ðə; ði] ['kʌntri] ,

They	are	the	natural	scavengers	of	the	country	,
他们	是	这	自然的	拾荒者	的	这	国家	,

它们是这个国家天然的清道夫。

[ænd; ənd][ðə; ði] [fuːd] [wɪtʃ] [ðeɪ] [iːt] [meɪks] [ðer; ðər] [fleʃ] [ʌn'fɪt][fɔːr; fər][ˌjuː 'es] .

and	the	food	which	they	eat	makes	their	flesh	unfit	for	us	.
和	这	食物	哪个	他们	吃	制作	他们的	肉	不合格	为了	我们	.

他们所吃的食物使他们的肉不适合我们食用。

[ðə; ði] [fleʃ] [ʌv; əv][ðə; ði][ˌkærə'beiəu][ɪz][nɑːt][soʊ] [gʊd] [æz; əz] [biːf] .

The	flesh	of	the	carabao	is	not	so	good	as	beef	.
这	肉	的	这	水牛	是	不是	所以	好的	作为	牛肉	.

水牛肉不如牛肉好吃。

[ˌaɪ 'tiː] ['gɪvz] ['riːəli] ['veri] ['lɪt(ə)l] ['nɜːrɪʃmənt] , [ænd; ənd][ɪz] [tʌf] [ænd; ənd][draɪ] .

It	gives	really	very	little	nourishment	,	and	is	tough	and	dry	.
它	给予	真的	非常	小的	营养	,	和	是	艰难的	和	干燥	.

它几乎没有任何营养价值，而且又硬又干。

[ðə; ði] ['mʌt(ə)n] [wɪtʃ] [ɪz] [groʊn] [ɪn] [ðiːz] ['aɪləndz][ɪz][nɑːt][soʊ] [gʊd] [æz; əz] it42

The	mutton	which	is	grown	in	these	islands	is	not	so	good	as	it42
这	羊肉	哪个	是	生长	在	这些	岛屿	是	不是	所以	好的	作为	it42

这些岛屿上出产的羊肉不如其他地方的好。42

[maɪt] [biː; bi] [ɪf] [mɔːr] [peɪnz][wɜːr; wər]['teɪkən] .

might	be	if	more	pains	were	taken	.
可能	是	如果	更多的	疼痛	是	已采取	.

如果多花些心思，或许会是这样。

[ʃiːp] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi] [ʃɔːrn] [twaɪs][ə; eɪ] [jɪr] , [nɑːt]['oʊnli][fɔːr; fər][ðə; ði]['vælјuː][ʌv; əv][ðə; ði] [wʊl]

Sheep	ought	to	be	shorn	twice	a	year	,	not	only	for	the	value	of	the	wool
羊	应该	到	是	剪	两次	一个	年	,	不是	仅有的	为了	这	价值	的	这	羊毛

,

,

,

羊一年应该剪两次毛，这不仅仅是因为羊毛的价值。

[bʌt; bət][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː] [ædz] [tuː; tə][ðə; ði] ['kʌmfərt] [ʌv; əv][ðə; ði] [ʃiːp] [ænd; ənd] [meɪks] [ðə; ði]

but	because	it	adds	to	the	comfort	of	the	sheep	and	makes	the
但	因为	它	添加	到	这	舒适	的	这	羊	和	制作	这

[fleʃ] ['betər] .

flesh	better	.
肉	更好的	.

但这样做是为了增加羊的舒适度，并使羊肉更好吃。

[draɪ][ænd; ənd][sɔːlt] [miːts] [ɑːr; ər][ʌv; əv]['lɪt(ə)l]['vælјuː] [hɪr] , [ænd; ənd] [ðeɪ] [spɔɪl] ['kwɪkli] .

Dry	and	salt	meats	are	of	little	value	here	,	and	they	spoil	quickly	.
干燥	和	盐	肉类	是	的	小的	价值	这里	,	和	他们	剧透	迅速地	.

在这里，干肉和咸肉没什么价值，而且很容易变质。

[ðə; ði] [fɪʃ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['fɪlɪpiːn] ['aɪləndz][ɑːr; ər] [rɪtʃ] [ɪn][æl'bjuːmən] , [wɪtʃ] [ðə; ði]['bɑːdi] [niːdz] .

The	fish	of	the	Philippine	Islands	are	rich	in	albumen	,	which	the	body	needs	.
这	鱼	的	这	菲律宾	岛屿	是	富有的	在	蛋白	,	哪个	这	身体	需求	.

菲律宾群岛的鱼类富含人体所需的蛋白质。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd]['ɔːlweɪz][biː; bi] [freʃ] , [æz; əz][wiː; wi][hæv; həv] [siːn] , [ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd]['ɔːlweɪz][biː; bi]

They	should	always	be	fresh	,	as	we	have	seen	,	and	should	always	be
他们	应该	总是	是	新鲜的	,	作为	我们	有	已见	,	和	应该	总是	是

['iːtn] [hɑːt] .

eaten	hot	.
吃	热的	.

正如我们所见，它们应该始终保持新鲜，并且应该始终趁热食用。

['i:v(ə)n] [kʊkt] [fɪʃ] , ['æftər][ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [groʊn] [koʊld] , [ɪz][nɑ:t] [gʊd] [fɔ:r; fər] [fu:d] .

Even	cooked	fish	,	after	it	has	grown	cold	,	is	not	good	for	food	.
甚至	煮熟	鱼	,	后	它	有	生长	寒冷的	,	是	不是	好的	为了	食物	.

即使是煮熟的鱼，冷却后也不适合食用。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə] [prə'du:s] [skɪn] [dɪ'zi:zɪz] [ænd; ənd]['sɜ:rt(ə)n][kaɪndz][ʌv; əv] ['pɔɪzənɪŋ] .

It	is	likely	to	produce	skin	diseases	and	certain	kinds	of	poisoning	.
它	是	可能	到	生产	皮肤	疾病	和	肯定	种类	的	中毒	.

它可能导致皮肤病和某些类型的中毒。

['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ʃelfɪʃ] [kɔ:z] [ðɪs] [dɪ'zi:z] ['ɔ:lsoʊ] , [pər'tɪkjələrli] [ðə; ði][kræbz][ʌv; əv] [ði:z]

Many	of	the	shellfish	cause	this	disease	also	,	particularly	the	crabs	of	these
许多	的	这	贝类	原因	这	疾病	还	,	特别	这	螃蟹	的	这些

['aɪləndz] .

islands	.
岛屿	.

许多贝类也会导致这种疾病，特别是这些岛屿上的螃蟹。

[ɪn][fækt] , ['ʃelfɪʃ] [ʃʊd; ʃəd][ɔ:l][bi:; bi] [ju:st] ['sperɪŋli] ,

In	fact	,	shellfish	should	all	be	used	sparingly	,
在	事实	,	贝类	应该	全部	是	用过的	少量地	,

事实上，贝类都应该少量食用。

[æz; əz] [ðeɪ] [ɑ:r; ər][nɑ:t] ['i:zi] [tu:; tə][daɪ'dʒest][ænd; ənd][ɑ:r; ər]['ɔ:f(ə)n][ðə; ði] [kɔ:z] [ʌv; əv]

as	they	are	not	easy	to	digest	and	are	often	the	cause	of	diarrhœa
作为	他们	是	不是	简单的	到	消化	和	是	经常	这	原因	的	腹泻

[ænd; ənd] ['dɪsənteri] .

and	dysentery	.
和	痢	.

因为它们不易消化，而且常常是引起腹泻和痢疾的原因。

['beɪbi:z][ænd; ənd] ['veri] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] [ɔ:t] [tu:; tə][bi:; bi] [fed] ['kerfəli] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

Babies	and	very	young	children	ought	to	be	fed	carefully	in	this	country	.
婴儿	和	非常	年轻的	孩子们	应该	到	是	美联储	小心	在	这	国家	.

在这个国家，婴儿和幼儿应该得到精心喂养。

[jet] ['fri:kwəntli] [wi:; wi] [si:] ['taɪni]['beɪbi:z] ['i:tɪŋ] [fɪʃ] [ænd; ənd] [mi:t] , [ænd; ənd]['ɔ:f(ə)n] [rɔ:]

Yet	frequently	we	see	tiny	babies	eating	fish	and	meat	,	and	often	raw
然而	频繁地	我们	看	微小的	婴儿	吃	鱼	和	肉	,	和	经常	生的

['vedʒtəb(ə)lz][ænd; ənd] [gri:n] [fru:t] .

vegetables	and	green	fruit	.
蔬菜	和	绿色的	水果	.

然而，我们经常看到小婴儿吃鱼肉，也经常吃生蔬菜和绿色水果。

[ðə; ði] ['stʌməks] [ʌv; əv] [sʌtʃ] ['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [ɑ:r; ər] ['veri] [smɔ:l] [ænd; ənd] [wi:k] .

The	stomachs	of	such	little	children	are	very	small	and	weak	.
这	胃	的	这样的	小的	孩子们	是	非常	小的	和	虚弱的	.

这么小的孩子，肠胃很小很脆弱。

[ðer; ðər]['nætʃ(ə)rəl] food43

Their	natural	food43
他们的	自然的	food43

它们的天然食物43

[ɪz][mɪlk] , [ænd; ənd] [ɪf] [wi:; wi] [gɪv] [ðem; ðəm] ['eniθɪŋ] [els] [ðæn; ðən] [ðɪs] , [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] [tʃu:z]

is	milk	,	and	if	we	give	them	anything	else	than	this	,	we	should	choose
是	牛奶	,	和	如果	我们	给	他们	任何事物	别的	比	这	,	我们	应该	选择

[ˌaɪ 'ti:] ['veri] ['kerfəli] .

it	very	carefully	.
它	非常	小心	.

牛奶是关键，如果我们给它们喂其他东西，就应该非常谨慎地选择。

[ˌaɪ ˈtiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ðə; ði][best] [ðæt][wiː; wi][kæn; kən][get] , ['pɜːrfɪktli] [kliːn] , [ænd; ənd] ['iːzi] [tuː; tə]

It	should	be	the	best	that	we	can	get	,	perfectly	clean	,	and	easy	to
它	应该	是	这	最好的	那	我们	能	得到	,	完美	干净的	,	和	简单的	到

[daɪ'dʒest] .

digest	.
消化	.

它应该是我们能得到的最好的，完全干净，易于消化。

[nɑːt][ʌn'tɪl] ['piːp(ə)l][ɑːr; ər] [mɔːr] ['kerf(ə)l] [ə'baʊt] [ðiːz] ['mætərz] [wɪl] [ðə; ði] ['tʃɪldrən] [ɪn][ðə; ði]['aɪləndz]

Not	until	people	are	more	careful	about	these	matters	will	the	children	in	the	islands
不是	直到	人们	是	更多的	小心	关于	这些	事情	将要	这	孩子们	在	这	岛屿

[hæv; həv][ə; eɪ] [fer] [tʃæns] [tuː; tə] [groʊ] [ʌp][tuː; tə] ['helθi] ['mænhʊd] [ænd; ənd] ['wʊmənhʊd] .

have	a	fair	chance	to	grow	up	to	healthy	manhood	and	womanhood	.
有	一个	公平的	机会	到	生长	向上	到	健康	男子气概	和	女性	.

只有当人们更加重视这些问题时，岛上的孩子们才有公平的机会成长为健康强壮的成年人。

['kwestʃənz] .

QUESTIONS	.
问题	.

问题。

[waɪ] [ɪz][fruːt] [ðæt] [ɪz] [tuː] [raɪp] [ʌn'fɪt][tuː; tə] [iːt] ?

Why	is	fruit	that	is	too	ripe	unfit	to	eat	?
为什么	是	水果	那	是	也	成熟	不合格	到	吃	?

为什么过熟的水果不能食用?

[haʊ] [duː][wiː; wi] [sɪ'lekt] ['ɔːrɪndʒɪz] [ðæt] [ɑːr; ər] [freʃ] [ænd; ənd] [gʊd] ?

How	do	we	select	oranges	that	are	fresh	and	good	?
如何	做	我们	选择	橙子	那	是	新鲜的	和	好的	?

如何挑选新鲜优质的橙子?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd][wiː; wi][biː; bi] ['kerf(ə)l][tuː; tə] [wɑːʃ] [ɔːl] [fruːt] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi] [iːt]

Why	should	we	be	careful	to	wash	all	fruit	and	vegetables	before	we	eat
为什么	应该	我们	是	小心	到	洗	全部	水果	和	蔬菜	前	我们	吃

[ðem; ðəm] ?

them	?
他们	?

为什么我们在食用水果和蔬菜之前一定要仔细清洗?

[waɪ] [ɪz] ['spɪtɪŋ] [ɪn]['pʌblɪk]['pleɪsɪz][ə; eɪ] ['fɪlθi] ['hæbɪt] ?

Why	is	spitting	in	public	places	a	filthy	habit	?
为什么	是	吐痰	在	民众	地方	一个	污秽	习惯	?

为什么在公共场所吐痰是一种肮脏的习惯?

[haʊ] [meɪ] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi] ['deɪndʒərəs][tuː; tə] ['ʌðər] ?

How	may	it	be	dangerous	to	others	?
如何	可能	它	是	危险的	到	其他的	?

它对他人可能造成哪些危险?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [miːt] [nɑːt] [hæŋ] [ɪn][ðə; ði]['oʊpən] [er] [ɪn]['trɑːpɪk(ə)l] ['kʌntriz] ?

Why	should	meat	not	hang	in	the	open	air	in	tropical	countries	?
为什么	应该	肉	不是	悬挂	在	这	打开	空气	在	热带	国家	?

为什么热带国家不应该把肉挂在露天晾晒?

[haʊ] [duː][flaɪz] ['kæri] [dɪ'ziːz] ?

How	do	flies	carry	disease	?
如何	做	苍蝇	携带	疾病	?

苍蝇是如何传播疾病的?

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'tiː][ɪn'dʒʊriəs][tuː; tə] [iːt] [miːt] [ðæt] [hæz; həz][dʒʌst] [bɪn] [kɪld] ?

Why	is	it	injurious	to	eat	meat	that	has	just	been	killed	?
为什么	是	它	有害的	到	吃	肉	那	有	只是	到过	被杀	?

为什么食用刚宰杀的动物的肉有害?

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ ˈtiː][nɑːt][ə; eɪ] [gʊd] [plæn][tuː; tə] [bai] [ded] [fɪʃ] ?
Why is it not a good plan to buy dead fish ?
为什么 是 它 不是 一个 好的 计划 到 买 死的 鱼 ?

为什么购买死鱼不是一个好主意?

[waɪ] [ɑːr; ər][kræbz][ænd; ənd] [ˈʃelfɪʃ] [ə; eɪ] [pʊr] [sɔːrt][ʌv; əv] [fuːd] ?
Why are crabs and shellfish a poor sort of food ?
为什么 是 螃蟹 和 贝类 一个 贫穷的 种类 的 食物 ?

为什么螃蟹和贝类是低档食物?

[wʌt] [dʌz] [gʊd] [raɪs] [lʊk] [laɪk] ?
What does good rice look like ?
什么 做 好的 米 看 喜欢 ?

好的米饭是什么样子的?

[wʌt] [kaɪndz][ʌv; əv][raɪs] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [əˈvɔɪdɪd] ?
What kinds of rice should be avoided ?
什么 种类 的 米 应该 是 避免 ?

哪些种类的大米应该避免食用?

[wʌt] [sɔːrt][ʌv; əv] [fuːd] [ænd; ənd] [drɪŋk] [ɑːr; ər] [best] [fɔːr; fər][ðə; ði]['trɑːpɪks] ?
What sort of food and drink are best for the tropics ?
什么 种类 的 食物 和 喝 是 最好的 为了 这 热带 ?

热带地区最适合吃什么、喝什么?

[haʊ] [ɔːt] ['beɪbiːz][ænd; ənd] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] [tuː; tə][biː; bi] [fed] ? -
How ought babies and young children to be fed ? 44
如何 应该 婴儿 和 年轻的 孩子们 到 是 美联储 ? -

应该如何喂养婴儿和幼儿? 44

['tʃæptər] [ˌaɪ 'viː] .
CHAPTER IV .
章 第四 .

第四章

[ɔːl] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [haʊs] .
ALL AROUND THE HOUSE .
全部 大约 这 房子 .

房子周围到处都是。

[ðə; ði] ['ɪŋglɪʃ] ['piːp(ə)l][hæv; həv][ə; eɪ] ['seɪɪŋ] : " ['evri] ['mænz] [haʊs] [ɪz][hɪz; ɪz]['kæs(ə)l] .
The English people have a saying : " Every man's house is his castle .
这 英语 人们 有 一个 说 : " 每一个 男人的 房子 是 他的 城堡 .

英国人有句谚语："每个人的房子都是他的城堡。"

" [ɪn][hɪz; ɪz] [oʊn] [haʊs] [ə; eɪ][mæn] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi] [seɪf] , [ɪf] [hiː; hi][ɪz][tuː; tə][biː; bi][soʊ] ['eniwer]
" In his own house a man ought to be safe , if he is to be so anywhere
" 在 他的 自己的 房子 一个 男人 应该 到 是 安全的 , 如果 他 是 到 是 所以 任何地方
,
,
,

"如果一个人想要在任何地方都安全，那么在自己的家中就应该安全。"

[ænd; ənd][ðer; ðər][hiː; hi] [ɔːt] [tuː; tə] [fiːl] [ʃʊr] [ðæt] [hɪz; ɪz]['fæməli][ɪz] [seɪf] .
and there he ought to feel sure that his family is safe .
和 那里 他 应该 到 感觉 当然 那 他的 家庭 是 安全的 .

在那里，他应该感到家人安全无虞。

[wɪð; wɪθ][hɪz; ɪz] [strɔːŋ] [raɪt] [ɑːrm][hiː; hi] [wɪl] [kiːp] [ɔːl] ['enəmi] [ə'weɪ] ; [wɪl] [faɪt] ,
With his strong right arm he will keep all enemies away ; will fight ,
和 他的 强的 正确的 手臂 他 将要 保持 全部 敌人 离开 ; 将要 斗争 ,

他将用他强壮的右臂击退所有敌人；他将战斗，

[ɪf] [niːd] [biː; bi] , [fɔːr; fər][ðə; ði] ['seɪfti] [ʌv; əv][hɪz; ɪz]['kæs(ə)l] .

if	need	be	,	for	the	safety	of	his	castle	.
如果	需要	是	,	为了	这	安全	的	他的	城堡	.

必要时，为了他城堡的安全。

[ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi][ə; eɪ] ['veri] [miːn] [mæn] [huː] [wʊd] [nɑːt][duː] [ðɪs] .

It	would	be	a	very	mean	man	who	would	not	do	this	.
它	会	是	一个	非常	意思是	男人	WHO	会	不是	做	这	.

不这么做的人，真是太没良心了。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [θɪŋk] ['iːv(ə)n][ə; eɪ][tʃaɪld][ə; eɪ] ['kaʊərd] [huː] [dɪd][nɑːt][help][tuː; tə] [dɪ'fend] [hɪz; ɪz][hoʊm] .

We	should	think	even	a	child	a	coward	who	did	not	help	to	defend	his	home	.
我们	应该	思考	甚至	一个	孩子	一个	懦夫	WHO	做过	不是	帮助	到	保卫	他的	家	.

我们应该把没有参与保卫家园的孩子都视为懦夫。

[bʌt; bət] [waɪl] [wiː; wi] [dɪ'fend] [ðə; ði] [frʌnt] [dɔːr] , [wiː; wi][mʌst; məst][nɑːt][let] ['enəmi] [kriːp] [ɪn][æt; ət] [ðə; ði] [bæk] .

But	while	we	defend	the	front	door	,	we	must	not	let	enemies	creep	in	at	the	back	.
但	尽管	我们	保卫	这	正面	门	,	我们	必须	不是	让	敌人	潜行者	在	在	这	后退	.

但是，在我们守住前门的同时，也绝不能让敌人从后门溜进来。

[naʊ] , [ðə; ði] ['dɛdliːəst] ['enəmi] [ʌv; əv]['hjuːmən][laɪf][ɪn][ðə; ði]['trɑːpɪks][ɪz][dɜːrt] .

Now	,	the	deadliest	enemy	of	human	life	in	the	tropics	is	dirt	.
现在	,	这	最致命的	敌人	的	人类	生活	在	这	热带	是	污垢	.

如今，热带地区人类生命的最大敌人是污垢。

[wiː; wi][hæv; həv][tuː; tə] [faɪt] [hɑːrd] [ə'genst] [dɜːrt][ʌv; əv] ['evri] [sɔːrt] .

We	have	to	fight	hard	against	dirt	of	every	sort	.
我们	有	到	斗争	难的	反对	污垢	的	每一个	种类	.

我们必须努力清除各种污垢。

[let] [ˌjuː 'es] [siː] , [tuː; tə] - [deɪ] , [ə'baʊt] ['bɪldɪŋ] [ə; eɪ] [haʊs] [ænd; ənd] ['kiːpɪŋ] ['aʊər; ɑːr] ['enəmi] [aʊt] [ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː] . -

Let	us	see	,	to	-	day	,	about	building	a	house	and	keeping	our	enemy	out	of	it	.	45
让	我们	看	,	到	-	天	,	关于	建筑	一个	房子	和	保持	我们的	敌人	出去	的	它	.	-

今天，我们就来看看如何建造一座房子，并把敌人挡在外面。45

['evri] ['kʌntri] [mʌst; məst][hæv; həv][ɪts] [oʊn] [pər'tɪkjələr][kaɪnd][ʌv; əv][ə; eɪ] [haʊs] .

Every	country	must	have	its	own	particular	kind	of	a	house	.
每一个	国家	必须	有	它是自己的		特别的	种类	的	一个	房子	.

每个国家都应该有自己独特的房屋类型。

[ðə; ði] [haʊs] ['suːtəb(ə)l][fɔːr; fər][ə; eɪ][koʊld] ['kʌntri] [wʊd] [nɑːt][duː][æt; ət][ɔːl][ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] [wer] [wiː; wi][ɑːr; ər] [naʊ] .

The	house	suitable	for	a	cold	country	would	not	do	at	all	in	the	country	where	we	are	now	.
这	房子	合适的	为了	一个	寒冷的	国家	会	不是	做	在	全部	在	这	国家	在哪里	我们	是	现在	.

适合寒冷国家的房子，在我们现在所在的国家根本行不通。

[wiː; wi][duː][nɑːt] [niːd] [wɔːlz] [bɪlt] [soʊ][æz; əz][tuː; tə] [kiːp] [aʊt][koʊld][ænd; ənd]['waɪndz] .

We	do	not	need	walls	built	so	as	to	keep	out	cold	and	winds	.
我们	做	不是	需要	墙壁	建造	所以	作为	到	保持	出去	寒冷的	和	风	.

我们不需要建造墙壁来抵御寒冷和大风。

[wiː; wi][hæv; həv][noʊ][juːz][fɔːr; fər][fairz][tuː; tə] [faɪt] [ɔːf][frɔːst][ænd; ənd] [tʃɪl] .

We	have	no	use	for	fires	to	fight	off	frost	and	chill	.
我们	有	不	使用	为了	火灾	到	斗争	离开	霜	和	寒意	.

我们不需要用火来抵御霜冻和寒冷。

[bʌt; bət] ['haʊzɪz] [ɪn] ['kʌntriz] [wer] [ðə; ði] ['wɪntɜ-z] [ɑːr; ər][koʊld][ænd; ənd] ['snoʊi] [mʌst; məst][hæv; həv]

But	houses	in	countries	where	the	winters	are	cold	and	snowy	must	have
但	房屋	在	国家	在哪里	这	冬天	是	寒冷的	和	下雪的	必须	有

[θɪk] [wɔːlz] ;

thick	walls	;
厚的	墙壁	;

但是，在冬季寒冷多雪的国家，房屋必须有厚厚的墙壁；

[ðeɪ] [mʌst; məst][hæv; həv]['kɑːrpəts][ɑːn][ðə; ði] [flɔːrz] [ænd; ənd] ['hevi] ['kɜːtənz] [æt; ət][ðə; ði] ['wɪndoʊz] .

they	must	have	carpets	on	the	floors	and	heavy	curtains	at	the	windows	.
他们	必须	有	地毯	在	这	楼层	和	重的	窗帘	在	这	视窗	.

他们家里的地板上一定铺着地毯，窗户上一定挂着厚重的窗帘。

[ðer; ðər][mʌst; məst][biː; bi][fairz][ɪn][ðə; ði] ['haʊzɪz] , [tuː; tə] [kiːp] ['piːp(ə)l][wɔːrm] .

There	must	be	fires	in	the	houses	,	to	keep	people	warm	.
那里	必须	是	火灾	在	这	房屋	,	到	保持	人们	温暖的	.

房子里必须生火取暖。

[ɪf] [ðə; ði] ['haʊzɪz] [wɜːr; wər][nɑːt][wɔːrm] , ['piːp(ə)l] [wʊd] ['sʌfər] [frʌm; frəm][koʊld][ænd; ənd] ['meni]

If	the	houses	were	not	warm	,	people	would	suffer	from	cold	and	many
如果	这	房屋	是	不是	温暖的	,	人们	会	遭受	从	寒冷的	和	许多

[wʊd] [daɪ] .

would	die	.
会	死	.

如果房子不保暖，人们会受冻，很多人会因此丧命。

[ˌnevərðə'les] , [waɪl] [ðeɪ] [duː][nɑːt] [niːd] [tuː; tə][biː; bi] [bɪlt] [fɔːr; fər] [wɔːrmθ] ,

Nevertheless	,	while	they	do	not	need	to	be	built	for	warmth	,
尽管如此	,	尽管	他们	做	不是	需要	到	是	建造	为了	温暖	,

然而，虽然它们并不需要为了保暖而建造，

['aʊər; ɑːr] ['haʊzɪz] [ɪn][ðə; ði]['trɑːpɪks] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi][æz; əz] ['kerfəli] [bɪlt] [æz; əz][ɑːr; ər][ðə; ði]

our	houses	in	the	tropics	ought	to	be	as	carefully	built	as	are	the
我们的	房屋	在	这	热带	应该	到	是	作为	小心	建造	作为	是	这

['hoʊmz][ɪn]['wɪntər][lændz] .

homes	in	winter	lands	.
房屋	在	冬天	土地	.

我们在热带地区的房屋应该像在寒冷地区建造的房屋一样精心建造。

[ðæt] [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt][soʊ] [bɪlt] [ɪz][wʌn]['riːz(ə)n] [waɪ] [soʊ] ['meni] ['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [daɪ] [hɪr] ,

That	they	are	not	so	built	is	one	reason	why	so	many	little	children	die	here	,
那	他们	是	不是	所以	建造	是	一	原因	为什么	所以	许多	小的	孩子们	死	这里	,

他们的身体构造不适合这样做，这也是这里很多幼童夭折的原因之一。

— ['meni] [mɔːr] [ðæn; ðən][ɪn] [ə'merɪkə] , [fɔːr; fər] ['ɪnstəns] . -

—	many	more	than	in	America	,	for	instance	.	46
—	许多	更多的	比	在	美国	,	为了	实例	.	-

例如，比美国多得多。[46]

[æn; ən] [ʌn'helθfəl] [striːt] .

An	Unhealthful	Street	.
一个	不健康的	街道	.

一条不健康的街道。

[wɪ'ðaʊt] ['peɪvmənt] [ɔːr]['gʌtərs] .

Without	pavement	or	gutters	.
没有	路面	或者	排水沟	.

没有路面，也没有排水沟。

[fɜːrst][ʌv; əv][ɔːl] , [sɪns] [wiː; wi][ɑːr; ər][tuː; tə] [bɪld] [ə; eɪ] [haʊs] ,

First	of	all	,	since	we	are	to	build	a	house	,
第一的	的	全部	,	自从	我们	是	到	建造	一个	房子	,

首先，因为我们要盖房子，

[wiː; wi][mʌst; məst][hæv; həv][ə; eɪ] [gʊd] [pleɪs] [fɔːr; fər][ˌaɪ 'tiː] .

we	must	have	a	good	place	for	it	.
我们	必须	有	一个	好的	地方	为了	它	.

我们必须找个好地方放置它。

[wiː; wi] [wɪl] [nɑːt] [bɪld] [ɑːn] [loʊ] [lænd] [ɪf] [wiː; wi][kæn; kən] [help] [ˌaɪ 'tiː] .

We	will	not	build	on	low	land	if	we	can	help	it	.
我们	将要	不是	建造	在	低的	土地	如果	我们	能	帮助	它	.

如果可以避免，我们绝不会选择在低洼地带进行建设。

['niːðər] [wɪl] [wiː; wi] [bɪld] [nɪr] ['stændɪŋ] ['wɔːtər] .

Neither	will	we	build	near	standing	water	.
两者都不	将要	我们	建造	靠近	常设	水	.

我们也不会在积水附近建造房屋。

[wiː; wi] [siː] [ə; eɪ] [greɪt] ['meni] ['haʊzɪz] [ə'pɑːn][lænd] [ðæt] [ɪz]['ɔːlmoʊst] ['ɔːlweɪz] [wet] ,

We	see	a	great	many	houses	upon	land	that	is	almost	always	wet	,
我们	看	一个	伟大的	许多	房屋	之上	土地	那	是	几乎	总是	湿的	,

我们看到很多房子建在几乎总是潮湿的土地上，

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['veri] [ʌn'helθfəl] [fɔːr; fər][ðə; ði]['piːp(ə)l] [huː] [hæv; həv][tuː; tə][lɪv; laɪv][ɪn][ðem; ðəm]

but	they	are	very	unhealthful	for	the	people	who	have	to	live	in	them
但	他们	是	非常	不健康的	为了	这	人们	WHO	有	到	居住	在	他们

.

:

.

但对于居住在其中的人来说，它们非常不健康。

[ɪf] ['aʊər; ɑːr] [haʊs] [ɪz][tuː; tə][biː; bi][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] [pleɪs] [fɔːr; fər][ˌjuː 'es] ,

If	our	house	is	to	be	a	healthful	place	for	us	,
如果	我们的	房子	是	到	是	一个	健康的	地方	为了	我们	,

如果我们的家要成为一个对我们有益的健康的地方，

[wiː; wi][mʌst; məst] [bɪld] [ˌaɪ 'tiː][ɑːn][fɜːrm][lænd] [ðæt] [ɪz] [wel] [dreɪnd] .

we	must	build	it	on	firm	land	that	is	well	drained	.
我们	必须	建造	它	在	公司	土地	那	是	出色地	排水	.

我们必须把它建在排水良好的坚实土地上。

[sʌm; səm] [deɪ] [ðə; ði] [hoʊl] ['sɪti] [ʌv; əv][mə'nɪlə] , [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] [wɔːlz] ,

Some	day	the	whole	city	of	Manila	,	within	the	walls	,
一些	天	这	所有的	城市	的	马尼拉	,	之内	这	墙壁	,

总有一天，整个马尼拉城，在城墙之内，

[wɪl] [hæv; həv][tuː; tə][biː; bi] [reɪzd] ['sevrəl] [fiːt] ['haɪər] [ðæn; ðən][ˌaɪ 'tiː][ɪz][æt; ət]['prez(ə)nt] ,

will	have	to	be	raised	several	feet	higher	than	it	is	at	present	,
将要	有	到	是	提高	一些	脚	更高	比	它	是	在	展示	,

必须比现在高出几英尺。

[tuː; tə][get][ˌaɪ 'tiː][fɑːr] [ɪ'nʌf] [ə'bʌv] [ðə; ði] [loʊ] , unhealthful47

to	get	it	far	enough	above	the	low	,	unhealthful47
到	得到	它	远的	足够的	多于	这	低的	,	unhealthful47

使其远高于低、不健康的47

[lænd][ˌaɪ 'tiː] [naʊ] [stændz][ɑːn] .

land	it	now	stands	on	.
土地	它	现在	站立	在	.

它现在所在的土地。

[ðə; ði] [striːts] [mʌst; məst][biː; bi] [meɪd] ['waɪdər] , [tuː] , [soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [sʌn] [kæn; kən] [ʃaɪn] [ə'pɑːn]

The	streets	must	be	made	wider	,	too	,	so	that	the	sun	can	shine	upon
这	街道	必须	是	制成	更广泛	,	也	,	所以	那	这	太阳	能	闪耀	之上

[ðə; ði] [haʊs] [wɔːlz] .

the	house	walls	.
这	房子	墙壁	.

街道也必须拓宽，这样阳光才能照射到房屋的墙壁上。

[ðə; ði] ['nærəʊ] [striːts] [ɑːr; ər] ['nɪrli] ['ɔːlweɪz] [dæmp] [ænd; ənd] [ʌn'helθfəl] .

The	narrow	streets	are	nearly	always	damp	and	unhealthful	.
这	狭窄的	街道	是	几乎	总是	潮湿	和	不健康的	.

狭窄的街道几乎总是潮湿阴冷，不利于卫生。

[mə'nɪlə] [wɪl] ['nevər] [biː; bi] [ə; eɪ] ['helθi] [pleɪs] [ʌn'tɪl] [ðiːz] [θɪŋz] [ɑːr; ər] [dʌn] .

Manila	will	never	be	a	healthy	place	until	these	things	are	done	.
马尼拉	将要	绝不	是	一个	健康	地方	直到	这些	事物	是	完毕	.

如果这些事情不解决，马尼拉永远不会成为一个健康的地方。

[bʌt; bət] [ˌaʊt'saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] [wɔːlz] , [ænd; ənd] [ɪn] [ðə; ði] ['kʌntri] ,

But	outside	of	the	walls	,	and	in	the	country	,
但	外部	的	这	墙壁	,	和	在	这	国家	,

但在城墙之外，在乡村地区，

[wiː; wi] [kæn; kən] [pɪk] ['aʊər; ɑːr] [plɑːts] [ænd; ənd] [prɪ'per] ['aʊər; ɑːr] ['bɪldɪŋ] [saɪts] .

we	can	pick	our	plots	and	prepare	our	building	sites	.
我们	能	挑选	我们的	图表	和	准备	我们的	建筑	网站	.

我们可以挑选地块并准备建筑用地。

[ðə; ði] [faɪn] , ['bjuːtɪf(ə)l] [haʊs] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] ['naɪpə; 'niːpə] ['kɑːtɪdʒ] [kæn; kən] [biː; bi] ['iːkwəl] [ɪn] [wʌn] [rɪ'spekt] ;

The	fine	,	beautiful	house	and	the	little	nipa	cottage	can	be	equal	in	one	respect	;
这	美好的	,	美丽的	房子	和	这	小的	尼帕棕榈	小屋	能	是	平等的	在	一	尊重	;

那座精致漂亮的房子和那间小小的茅草屋在某一方面是相同的；

[ðæt] [ɪz] , [bəuθ] [kæn; kən] [hæv; həv] [kliːn] , ['helθf(ə)l] [sə'raʊndɪŋz] .

that	is	,	both	can	have	clean	,	healthful	surroundings	.
那	是	,	两个都	能	有	干净的	,	健康的	周围环境	.

也就是说，两者都可以拥有清洁、健康的环境。

[ðə; ði] ['lɪvɪŋ] - [ruːmz; rʊmz] [ʌv; əv] ['haʊzɪz] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [biː; bi] [kloʊz] [tuː; tə] [ðə; ði] [graʊnd] .

The	living	-	rooms	of	houses	in	this	country	should	never	be	close	to	the	ground	.
这	活的	-	房间	的	房屋	在	这	国家	应该	绝不	是	关闭	到	这	地面	.

在这个国家，房屋的客厅绝不能离地面太近。

[ðə; ði] [lænd] [ɑːn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] [haʊs] [stændz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] [dreɪnd] [ænd; ənd] [kept] [draɪ] .

The	land	on	which	a	house	stands	should	be	well	drained	and	kept	dry	.
这	土地	在	哪个	一个	房子	站立	应该	是	出色地	排水	和	保留	干燥	.

房屋所建土地应排水良好，保持干燥。

[ðɪs] , [haʊ'evər] , [ɪz] [nɑːt] [ɔːl] [ðæt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [dʌn] [tuː; tə] [prɪ'per] [ə; eɪ] ['bɪldɪŋ] [spɑːt] .

This	,	however	,	is	not	all	that	should	be	done	to	prepare	a	building	spot	.
这	,	然而	,	是	不是	全部	那	应该	是	完毕	到	准备	一个	建筑	点	.

然而，这并不是准备建筑用地所需的全部工作。

[ɪn] ['trɑːpɪk(ə)l] ['kʌntriz] [bæd] ['gæsɪz] [raɪz] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [ɜːrθ] [æt; ət] [naɪt] ,

In	tropical	countries	bad	gases	rise	from	the	earth	at	night	,
在	热带	国家	坏的	气体	上升	从	这	地球	在	夜晚	,

在热带国家，有害气体在夜间会从地底升腾而起。

[ænd; ənd][wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][duː] [wʌt] [wiː; wi][kæn; kən][tuː; tə] [prɪ'vent] [ðiːz] [frʌm; frəm] ['getɪŋ] ['ɪntuː]

and	we	should	do	what	we	can	to	prevent	these	from	getting	into
和	我们	应该	做	什么	我们	能	到	防止	这些	从	获得	进入

[ðə; ði] [haʊs] .

the	house	.
这	房子	.

我们应该尽一切努力防止这些东西进入家中。

[ðə; ði] [graʊnd] [wer] [ðə; ði] [haʊs] [ɪz][tuː; tə][stænd][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][dʌg] [daʊn] [æt; ət] [liːst] [ə; eɪ] [fʊt]

The	ground	where	the	house	is	to	stand	should	be	dug	down	at	least	a	foot
这	地面	在哪里	这	房子	是	到	站立	应该	是	挖	向下	在	至少	一个	脚

[ænd; ənd] [fɪld] [ɪn][wɪð; wɪθ][hɑːrd] [sɪ'ment] .

and	filled	in	with	hard	cement	.
和	已填	在	和	难的	水泥	.

房屋所在位置的地面至少要挖深一英尺，并用硬水泥填满。

[ðɪs] [wɪl] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][draɪ][ænd; ənd] prevent48

This	will	keep	it	dry	and	prevent48
这	将要	保持	它	干燥	和	prevent48

这样可以保持干燥并防止48

[ðə; ði] [ɜːrθ] - ['gæsɪz][frʌm; frəm]['raɪzɪŋ] [θruː] [ðə; ði] [flɔːrz] .

the	earth	-	gases	from	rising	through	the	floors	.
这	地球	-	气体	从	上升	通过	这	楼层	.

地热气体从楼层上升。

[bɪ'saɪdz] [ðɪs] [faʊn'deɪʃ(ə)n] , [ðə; ði] [haʊs] [ʃʊd; ʃəd][hæv; həv] [sɪ'ment] ['gʌtərs] ['rʌnɪŋ] [ɔːl] [ə'raʊnd] [ˌaɪ 'tiː]

Besides	this	foundation	,	the	house	should	have	cement	gutters	running	all	around	it
除了	这	基础	,	这	房子	应该	有	水泥	排水沟	跑步	全部	大约	它

,

,

,

除了地基之外，房子周围还应该有水泥排水沟。

[tuː; tə] ['kæri] [ɔːf] ['sɜːrfɪs] ['wɔːtər] .

to	carry	off	surface	water	.
到	携带	离开	表面	水	.

带走地表水。

[ðə; ði][faʊn'deɪʃ(ə)n] [wɔːlz] [ʃʊd; ʃəd] [raɪz][frʌm; frəm][ðə; ði] [sɪ'ment] ['bɑːtəm] [tuː; tə][ə; eɪ] [haɪt] [ʌv; əv]

The	foundation	walls	should	rise	from	the	cement	bottom	to	a	height	of
这	基础	墙壁	应该	上升	从	这	水泥	底部	到	一个	高度	的

[æt; ət] [liːst] [sɪks] [fiːt] .

at	least	six	feet	.
在	至少	六	脚	.

地基墙体应从水泥底部向上延伸至少六英尺高。

[ðə; ði] [graʊnd] [flɔːr] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ] [pleɪs] [tuː; tə] [stɔːr] ['kærɪdʒɪz] , ['fɜːrnɪtʃər] ,

The	ground	floor	may	be	used	as	a	place	to	store	carriages	,	furniture	,
这	地面	地面	可能	是	用过的	作为	一个	地方	到	店铺	马车	,	家具	,

底层可用作存放马车、家具的地方，

[ænd; ənd] ['ʌðər] [θɪŋz] [ʌv; əv] [ðæt] [sɔːrt] ; [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ʌn'seɪf] [tuː; tə] [kiːp] ['hɔːrsɪz][ɔːr] ['ʌðər]

and	other	things	of	that	sort	;	but	it	is	unsafe	to	keep	horses	or	other
和	其他	事物	的	那	种类	;	但	它	是	不安全	到	保持	马匹	或者	其他

['ænɪmlz] [ðer; ðər] .

animals	there	.
动物	那里	.

以及其他类似的东西；但是在那里饲养马匹或其他动物是不安全的。

[ɔːl] [ðə; ði] [bæd] ['əudəz] [ænd; ənd] ['gæsɪz] [frʌm; frəm] [ðiːz] [raɪz] , ['meɪkɪŋ] [ðə; ði] ['lɪvɪŋ] [ruːmz; rʊmz]

All	the	bad	odors	and	gases	from	these	rise	,	making	the	living	rooms
全部	这	坏的	气味	和	气体	从	这些	上升	,	制作	这	活的	房间

[ə'bʌv] [ʌn'helθfəl] .

above	unhealthful	.
多于	不健康的	.

这些地方散发的异味和气体都会上升，使楼上的客厅变得不健康。

[ðə; ði] [fɜːrst] [flɔːr] [ʌv; əv] ['aʊər; ɑːr] [haʊs] , — [ðə; ði] [flɔːr] [ɑːn] [wɪtʃ] [wiː; wi] [miːn] [tuː; tə] [lɪv; laɪv] ,

The	first	floor	of	our	house	,	—	the	floor	on	which	we	mean	to	live	,
这	第一的	地面	的	我们的	房子	,	—	这	地面	在	哪个	我们	意思是	到	居住	,

我们房子的一楼——也就是我们打算居住的楼层——

[ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['taɪtli] [bɪlt] , [soʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [kiːp] [aʊt] [ɔːl] [dræft] [ʌv; əv] [er] ,

should	be	tightly	built	,	so	as	to	keep	out	all	drafts	of	air	,
应该	是	紧紧	建造	,	所以	作为	到	保持	出去	全部	草稿	的	空气	,

应该建造得严密，以防止任何冷风进入。

[ænd; ənd] [tuː; tə] [liːv] [æz; əz] [fjuː] [kræks] [æz; əz] ['pɑːsəb(ə)l] [fɔːr; fər] ['ɪnsekts] [tuː; tə] [krɔːl] [θruː] .

and	to	leave	as	few	cracks	as	possible	for	insects	to	crawl	through	.
和	到	离开	作为	很少	裂缝	作为	可能的	为了	昆虫	到	爬行	通过	.

尽量减少缝隙，以免昆虫爬进去。

[wiː; wi] [ʃæl; ʃəl] [get] [freʃ] [er] [ɪ'nʌf] [ɪf] [wiː; wi] [hæv; həv] [lɑːrdʒ] ['wɪndoʊz] [ðæt] ['oʊpən] ['friːli] .

We	shall	get	fresh	air	enough	if	we	have	large	windows	that	open	freely	.
我们	将	得到	新鲜的	空气	足够的	如果	我们	有	大的	视窗	那	打开	自由	.

如果我们有可以自由打开的大窗户，就能获得充足的新鲜空气。

[wiː; wi] [ɑːr; ər] ['fɔːrtʃənət] , [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ,

We	are	fortunate	,	in	this	country	,
我们	是	幸运	,	在	这	国家	,

我们很幸运，生活在这个国家。

[ɪn] ['hævɪŋ] [ðə; ði] ['bjuːtɪf(ə)l] [θɪn] ['ʃɛlz] [wɪð; wɪθ] [wɪtʃ] ['aʊər; ɑːr] ['wɪndoʊ] ['sæʃɪz] [ɑːr; ər] [fɪld] .

in	having	the	beautiful	thin	shells	with	which	our	window	sashes	are	filled	.
在	拥有	这	美丽的	薄的	贝壳	和	哪个	我们的	窗户	腰带	是	已填	.

拥有美丽的薄贝壳，我们的窗框就是用这些贝壳填充的。

[ðiːz] [ɑːr; ər] [mʌtʃ] ['betər] [hɪr] [ðæn; ðən] [glæs] [wʊd] [biː; bi] .

These	are	much	better	here	than	glass	would	be	.
这些	是	很多	更好的	这里	比	玻璃	会	是	.

这里用这种材料比用玻璃好得多。

[ðeɪ] shut49

They	shut49
他们	shut49

他们关闭了49

[aʊt] [ðə; ði] [braɪt] ['reɪz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [sʌn] , [waɪl] [ðeɪ] [kæn; kən] [biː; bi] [pɪrst] [wɪð; wɪθ] ['taɪni] [hoʊlz] ,

out	the	bright	rays	of	the	sun	,	while	they	can	be	pierced	with	tiny	holes	,
出去	这	明亮的	射线	的	这	太阳	,	尽管	他们	能	是	穿孔	和	微小的	孔	,

它们能阻挡阳光的强烈照射，但却可以被刺穿许多小孔。

[ɪf] [niːd] [biː; bi] , [tuː; tə] [let] [ɪn] [er] [wen] [ðə; ði] ['wɪndoʊ] [ɪz] [kloʊzd] .

if	need	be	,	to	let	in	air	when	the	window	is	closed	.
如果	需要	是	,	到	让	在	空气	什么时候	这	窗户	是	关闭	.

必要时，在窗户关闭时让空气流通。

['hevi] ['ʃʌtər] [wɪð; wɪθ] [slæts] [ɑːr; ər] ['ɔːlsoʊ] [gʊd] .

Heavy	shutters	with	slats	are	also	good	.
重的	百叶窗	和	板条	是	还	好的	.

厚重的百叶窗也是不错的选择。

[ɪf] [wiː; wi][hæv; həv] [ðiːz] [ɪn][ðə; ði] [haʊs] , [ðə; ði] ['wɪndoʊz] [meɪ] [biː; bi]['oʊpən] , ['iːv(ə)n][æt; ət] [naɪt] ,

If	we	have	these	in	the	house	,	the	windows	may	be	open	,	even	at	night	,
如果	我们	有	这些	在	这	房子	,	这	视窗	可能	是	打开	,	甚至	在	夜晚	,

如果家里有这些东西，即使晚上窗户也可能开着。

[ɔːr] [wen] [ˌaɪ 'tiː][reɪnz] .

or	when	it	rains	.
或者	什么时候	它	雨	.

或者下雨的时候。

[ðə; ði] [ruːf] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [haʊs] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [ɪm'pɔːrt(ə)nt][pɑːrt] .

The	roof	of	our	house	is	a	very	important	part	.
这	屋顶	的	我们的	房子	是	一个	非常	重要的	部分	.

我们房子的屋顶是一个非常重要的组成部分。

[moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] [ruːfs] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɑːr; ər][ʌv; əv]['naɪpə; 'niːpə][ɔːr][ˌbæm'buː] .

Most	of	the	roofs	in	this	country	are	of	nipa	or	bamboo	.
最多	的	这	屋顶	在	这	国家	是	的	尼帕棕榈	或者	竹子	.

这个国家的大部分屋顶都是用尼帕棕榈叶或竹子搭建的。

[ðiːz] [meɪk] [ə; eɪ] [gʊd] [prə'tekʃn] [ə'genst] [ðə; ði] ['sʌnz] ['reɪz] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [niːd] [greɪt] [ker] ,

These	make	a	good	protection	against	the	sun's	rays	,	but	they	need	great	care	,
这些	制作	一个	好的	保护	反对	这	太阳的	射线	,	但	他们	需要	伟大的	关心	,

这些产品能很好地抵御阳光照射，但需要精心保养。

[ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['ɔːf(ə)n] [rɪ'nuːd] , [æz; əz][ðə; ði][wɪnd] [terz] [ðem; ðəm][soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [bɪ'kʌm]

and	should	be	often	renewed	,	as	the	wind	tears	them	so	that	they	become
和	应该	是	经常	更新	,	作为	这	风	眼泪	他们	所以	那	他们	变得

['liːki] .

leaky	.
漏水	.

而且应该经常更换，因为风会撕裂它们，使它们漏水。

[ðeɪ] [kætʃ] [ænd; ənd][hoʊld][ðə; ði] [dʌst] , [ænd; ənd][ɑːr; ər] ['ɔːlweɪz] ['hætʃɪŋ] - ['pleɪsɪz][fɔːr; fər][ɔːl] ['sɔrts]

They	catch	and	hold	the	dust	,	and	are	always	hatching	-	places	for	all	sorts
他们	抓住	和	抓住	这	灰尘	,	和	是	总是	孵化	-	地方	为了	全部	排序

[ʌv; əv]['ɪnsekts] .

of	insects	.
的	昆虫	.

它们会吸附并滞留灰尘，而且总是各种昆虫的孵化场所。

[ðə; ði] [ruːf] [ʌv; əv] [splɪt] [ˌbæm'buː][ɪz] [tʃiːp] , ['bjuːtɪf(ə)l] , [ænd; ənd] ['iːzi] [tuː; tə] [meɪk] ,

The	roof	of	split	bamboo	is	cheap	,	beautiful	,	and	easy	to	make	,
这	屋顶	的	分裂	竹子	是	便宜的	,	美丽的	,	和	简单的	到	制作	,

用劈开的竹子搭建的屋顶价格低廉、美观大方、制作简便。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['ɔːlsoʊ] ['iːzəli] [bloʊn] [ə'weɪ] [baɪ][ə; eɪ] [haɪ] [wɪnd] .

but	it	is	also	easily	blown	away	by	a	high	wind	.
但	它	是	还	容易地	吹	离开	经过	一个	高的	风	.

但它也很容易被强风吹走。

[ɪf] [wiː; wi][juːz][ˌaɪ 'tiː] , [wiː; wi][mʌst; məst] ['fæsn] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ]['waɪər][tuː; tə][ðə; ði]['ræftəz][ænd; ənd]

If	we	use	it	,	we	must	fasten	it	with	wire	to	the	rafters	and
如果	我们	使用	它	,	我们	必须	系	它	和	金属丝	到	这	椽子	和

[wɔːlz] .

walls	.
墙壁	.

如果要使用，必须用铁丝将其固定在椽子和墙上。

[wʊd] [meɪks] [ə; eɪ] ['veri] [bæd] ['ruːfɪŋ] [mə'tɪriəl] .

Wood	makes	a	very	bad	roofing	material	.
木头	制作	一个	非常	坏的	屋顶	材料	.

木材是非常糟糕的屋顶材料。

[ˌaɪ 'tiː] [diˈkeiz] [ˈkwɪkli] [ænd; ənd][ɪz][ə; eɪ] [pʊr] [prəˈtekʃn] [əˈgenst] [ðə; ðɪ][reɪn] .

It	decays	quickly	and	is	a	poor	protection	against	the	rain	.
它	衰变	迅速地	和	是	一个	贫穷的	保护	反对	这	雨	.

它容易腐烂，而且防雨效果很差。

[ðen] , [tuː] , [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən]['hɑːrdli][biː; bi] [bɪlt] [soʊ] [ðæt] [ə; eɪ] [greɪt] [wɪnd] [wɪl] [nɑːt] [bloʊ] [ˌaɪ 'tiː] [əˈweɪ] .

Then	,	too	,	it	can	hardly	be	built	so	that	a	great	wind	will	not	blow	it	away	.
然后	,	也	,	它	能	几乎	是	建造	所以	那	一个	伟大的	风	将要	不是	吹	它	离开	.

而且，也很难把它建成不会被强风吹走的样子。

['meni] [ruːfs] [ɑːr; ər] [naʊ] [bɪlt] [ʌv; əv][zɪŋk] , and50

Many	roofs	are	now	built	of	zinc	,	and50
许多	屋顶	是	现在	建造	的	锌	,	and50

现在很多屋顶都是用锌板建造的，50

[fɔːr; fər][sʌm; səm]['riːz(ə)nz] [ðɪs] [ɪz] [gʊd] [məˈtɪriəl] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm][ʌv; əv] .

for	some	reasons	this	is	good	material	to	make	them	of	.
为了	一些	原因	这	是	好的	材料	到	制作	他们	的	.

出于某些原因，这种材料很适合用来制作它们。

[ɪf] [wiː; wi][hæv; həv][ə; eɪ][zɪŋk] [ruːf] , [haʊˈevər] ,

If	we	have	a	zinc	roof	,	however	,
如果	我们	有	一个	锌	屋顶	,	然而	,

但是，如果我们的屋顶是锌板的，

[wiː; wi][mʌst; məst] [bɪld] [ə; eɪ] ['gærət] [bɪˈtwiːn] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][ðə; ðɪ] ['lɪvɪŋ] [ruːmz; rʊmz] ,

we	must	build	a	garret	between	it	and	the	living	rooms	,
我们	必须	建造	一个	阁楼	之间	它	和	这	活的	房间	,

我们必须在其与起居室之间建造一个阁楼。

— [ə; eɪ][sɔːrt][ʌv; əv] [er] ['tʃeɪmbər] [fɔːr; fər][ðə; ðɪ] [seɪk] [ʌv; əv] ['kuːlnəs] ;

—	a	sort	of	air	chamber	for	the	sake	of	coolness	;
—	一个	种类	的	空气	房间	为了	这	清酒	的	凉爽	;

—一种用于降温的气室；

[fɔːr; fər] [wen] [ðə; ðɪ] [sʌn] [biːts] [daʊn] [ɑːn][ðə; ðɪ][zɪŋk] [ruːf] , [ðə; ðɪ]['met(ə)l] [gets] ['veri] [hɑːt] .

for	when	the	sun	beats	down	on	the	zinc	roof	,	the	metal	gets	very	hot	.
为了	什么时候	这	太阳	节拍	向下	在	这	锌	屋顶	,	这	金属	获得	非常	热的	.

当太阳暴晒在锌屋顶上时，金属会变得非常热。

[ðɪs] [sɔːrt][ʌv; əv] [ruːf] [ɪz]['juːsf(ə)l][fɔːr; fər]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ][reɪn]['wɔːtər] ;

This	sort	of	roof	is	useful	for	catching	rain	water	;
这	种类	的	屋顶	是	有用	为了	捕捉	雨	水	;

这种屋顶有利于收集雨水；

['æftər][ðə; ðɪ][fɜːrst][reɪn][hæz; həz] [wɑːʃt] [ɔːf] [ɔːl][ðə; ðɪ] [dʌst] [ænd; ənd][dɜːrt] ,

after	the	first	rain	has	washed	off	all	the	dust	and	dirt	,
后	这	第一的	雨	有	洗过	离开	全部	这	灰尘	和	污垢	,

第一场雨洗去了所有的灰尘和污垢之后，

[ðen] [wiː; wi] [meɪ] [kəˈlekt] [ðə; ðɪ][reɪn]['wɔːtər] [ðæt] [fɔːlz] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ] [ruːf] ['ɪntuː]['aʊər; ɑːr] ['sɪstənz] ,

then	we	may	collect	the	rain	water	that	falls	from	the	roof	into	our	cisterns	,
然后	我们	可能	收集	这	雨	水	那	瀑布	从	这	屋顶	进入	我们的	水箱	,

然后我们可以将从屋顶落下的雨水收集到蓄水池中。

[ænd; ənd][hæv; həv][ə; eɪ]['plentɪf(ə)l] , [pjʊr] [səˈplaɪ] ['dʊrɪŋ] [ðə; ðɪ] ['reɪni] ['siːz(ə)n] .

and	have	a	plentiful	,	pure	supply	during	the	rainy	season	.
和	有	一个	丰富	,	纯的	供应	期间	这	下雨	季节	.

雨季期间，水源充足且纯净。

[ɪn] ['ɜːrli] [deɪz] [ruːfs] [wɜːr; wər] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ][hæf] - [raʊnd] [red] [taɪlz] .

In	early	days	roofs	were	covered	with	half	-	round	red	tiles	.
在	早期的	天	屋顶	是	涵盖	和	一半	-	圆形的	红色的	瓷砖	.

早期，屋顶上覆盖着半圆形的红色瓦片。

[wiː; wi] [siː] [ə; eɪ] [greɪt] ['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm] [stɪl] [ɑːn][oʊld] ['haʊzɪz] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['hevi] ,

We	see	a	great	many	of	them	still	on	old	houses	,	but	they	are	heavy	,
我们	看	一个	伟大的	许多	的	他们	仍然	在	老的	房屋	,	但	他们	是	重的	,

我们现在还能在很多老房子上看到它们，但它们很重。

[ænd; ənd] ['deɪndʒərəs] [æz; əz] [wel] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [taɪ'fuːnz] [ænd; ənd] ['əːθkweiks] [ðæt] ['sʌmtaɪmz]

and	dangerous	as	well	during	the	typhoons	and	earthquakes	that	sometimes
和	危险的	作为	出色地	期间	这	台风	和	地震	那	有时

['vɪzɪt][ˌjuː 'es] .

visit	us	.
访问	我们	.

而且在台风和地震等灾害发生时也很危险。

[pər'hæps][ðə; ði][best][ʌv; əv][ɔːl] [ruːfs] [fɔːr; fər] [ðɪs] ['klaɪmət][ɑːr; ər][ðə; ði][wʌnz] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ][flæt] ,

Perhaps	the	best	of	all	roofs	for	this	climate	are	the	ones	covered	with	flat	,
也许	这	最好的	的	全部	屋顶	为了	这	气候	是	这	一个	涵盖	和	平坦的	,

或许最适合这种气候的屋顶是那些覆盖着平屋顶的屋顶。

[brɔːd] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [sleɪt] , [sɪ'kjʊrd] [baɪ]['waɪər][ɔːr][neɪlz][tuː; tə] ['bɔrdz] [ænd; ənd]['ræftəz]

broad	pieces	of	slate	,	secured	by	wire	or	nails	to	boards	and	rafters
广阔	件	的	石板	,	安全	经过	金属丝	或者	指甲	到	板	和	椽子

[ˌʌndər'niːθ] ,

underneath	,
下	,

大块的石板，用铁丝或钉子固定在下面的木板和椽子上，

[bʌt; bət] [ruːfs] [ʌv; əv] [ðɪs] [sɔːrt][ɑːr; ər] [ɪk'spensɪv] .

but	roofs	of	this	sort	are	expensive	.
但	屋顶	的	这	种类	是	昂贵的	.

但是这种屋顶造价昂贵。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['prɑːbəbli] [biː; bi] [best] , ['ðerfɔːr] , [fɔːr; fər][ˌjuː 'es][tuː; tə] [ruːf] ['aʊər; ɑːr] house51

It	will	probably	be	best	,	therefore	,	for	us	to	roof	our	house51
它	将要	大概	是	最好的	,	所以	,	为了	我们	到	屋顶	我们的	house51

因此，我们最好还是给房子盖上屋顶51

[wɪð; wɪθ][zɪŋk] .

with	zinc	.
和	锌	.

含锌。

[ɪf] [wiː; wi][hæv; həv][æn; ən] ['eri] ['gærət] [bɪ'twiːn] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][ðə; ði] ['siːlɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ʌpər]

If	we	have	an	airy	garret	between	it	and	the	ceiling	of	the	upper
如果	我们	有	一个	轻盈的	阁楼	之间	它	和	这	天花板	的	这	上

[ruːmz; rʊmz] ,

rooms	,
房间	,

如果我们在它和楼上房间的天花板之间有一个通风的阁楼，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi][kwaɪt] [kuːl] [ɪ'nʌf] .

it	will	be	quite	cool	enough	.
它	将要	是	相当	凉爽的	足够的	.

天气会相当凉爽。

[ðə; ði][ruːmz; rʊmz][ɪn]['aʊər; ɑːr] [haʊs] [wɪl] [biː; bi] ['veri] ['sɪmp(ə)l] .

The	rooms	in	our	house	will	be	very	simple	.
这	房间	在	我们的	房子	将要	是	非常	简单的	.

我们家的房间会非常简朴。

[wi:; wi][ʃæl; ʃəl][nɑ:t][hæv; həv]['eni] ['hevi] , [stɪf] ['kɑ:rpəts][ɑ:n][ðə; ði] [flɔ:rz] , [tu:; tə] [kætʃ] [dʌst][ænd; ənd]

We	shall	not	have	any	heavy	,	stiff	carpets	on	the	floors	,	to	catch	dust	and
我们	将	不是	有	任何	重的	,	僵硬的	地毯	在	这	楼层	,	到	抓住	灰尘	和

[bri:d] [dɪ'zi:z] .

breed	disease	.
品种	疾病	.

我们将不在地板上铺设厚重、僵硬的地毯，以免积灰滋生疾病。

[nɔ:r][ʃæl; ʃəl][ðer; ðər][bi:; bi]['moʊldɪŋz][ɔ:r][ˌɔ:rnə'ment(ə)l] [ledʒ] [ə'lɔ:ŋ] [ðə; ði] [wɔ:lz] ,

Nor	shall	there	be	moldings	or	ornamental	ledges	along	the	walls	,
也不	将	那里	是	模具	或者	装饰	壁架	沿着	这	墙壁	,

墙壁上也不应有装饰线条或装饰性壁架。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ði:z] ['ɔ:lsoʊ] [kætʃ] [ænd; ənd][hoʊld][ðə; ði][dʌst] .

because	these	also	catch	and	hold	the	dust	.
因为	这些	还	抓住	和	抓住	这	灰尘	.

因为它们也会吸附并滞留灰尘。

['aʊər; ɑ:r][ru:mz; rʊmz][ʃæl; ʃəl][bi:; bi] ['i:zi] [tu:; tə] [ki:p] [kli:n] .

Our	rooms	shall	be	easy	to	keep	clean	.
我们的	房间	将	是	简单的	到	保持	干净的	.

我们的房间应该很容易保持清洁。

[wʌt] ['pɪktʃərz] [ænd; ənd] ['ɔrnəmənts] [wi:; wi][hæv; həv][ɑ:n][ðə; ði][wɔ:lz] [ʃæl; ʃəl][bi:; bi] [sʌtʃ] [æz; əz]

What	pictures	and	ornaments	we	have	on	the	walls	shall	be	such	as
什么	图片	和	装饰品	我们	有	在	这	墙壁	将	是	这样的	作为

[kæn; kən] ['redɪli] [bi:; bi] [ri:tʃt] [ænd; ənd] ['dʌstɪd] .

can	readily	be	reached	and	dusted	.
能	容易	是	达到	和	掸去灰尘	.

墙上挂着的画作和装饰品应该方便取用和除尘。

[ə; eɪ] [ru:m] [soʊ] ['dekəreɪtɪd] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:]['kænɑ:t][bi:; bi][kept] [fri:] [frʌm; frəm] [dʌst] [ænd; ənd][dɜ:rt]

A	room	so	decorated	that	it	cannot	be	kept	free	from	dust	and	dirt
一个	房间	所以	装饰	那	它	不能	是	保留	自由的	从	灰尘	和	污垢

['kænɑ:t] ['pɑ:səbli] [bi:; bi] ['bju:tɪf(ə)l] .

cannot	possibly	be	beautiful	.
不能	可能	是	美丽的	.

一个装饰得如此繁复以至于无法保持清洁的房间，绝不可能称得上漂亮。

[ðə; ði] ['kɪtʃɪn] [ʌv; əv][ə; eɪ] [haʊs] ['eniwer] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [kli:n] [æz; əz][kæn; kən][bi:; bi] , [bʌt; bət]

The	kitchen	of	a	house	anywhere	should	be	clean	as	can	be	,	but
这	厨房	的	一个	房子	任何地方	应该	是	干净的	作为	能	是	,	但

[pər'tɪkjələrli] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

particularly	in	this	country	.
特别	在	这	国家	.

任何地方的房子，厨房都应该尽可能保持清洁，在这个国家尤其如此。

[ˌaɪ 'ti:][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi][ɑ:n][ðə; ði] [nɔ:rθ] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [haʊs] [ɪf] ['pɑ:səb(ə)l] , [fɔ:r; fər][ðə; ði] [seɪk]

It	should	be	on	the	north	side	of	the	house	if	possible	,	for	the	sake
它	应该	是	在	这	北	边	的	这	房子	如果	可能的	,	为了	这	清酒

[ʌv; əv] [ʃeɪd] .

of	shade	.
的	阴影	.

为了遮阴，最好把它建在房子的北侧。

[wi:; wi] [wɪl] [nɑ:t] , [haʊ'evər] , [hæv; həv] [tri:z] ['groʊɪŋ] ['veri] [nɪr] [ˌaɪ 'ti:] , ['i:v(ə)n][tu:; tə] [ʃeɪd] [ˌaɪ 'ti:] .

We	will	not	,	however	,	have	trees	growing	very	near	it	,	even	to	shade	it	.
我们	将要	不是	,	然而	,	有	树木	生长	非常	靠近	它	,	甚至	到	阴影	它	.

但是，我们不会在它附近种植树木，即使是用来遮阴也不行。

[ðeɪ] [hæv; həv][ə; eɪ] ['seɪɪŋ] [ɪn][ðə; ði]['trɑ:pɪks][ðæt] “ [hi:; hi] [hu:] [grəuz] [ə; eɪ] [tri:] [ə'genst] [hɪz; ɪz]

They	have	a	saying	in	the	tropics	that	“	He	who	grows	a	tree	against	his
他们	有	一个	说	在	这	热带	那	“	他	WHO	生长	一个	树	反对	他的

[haʊs] [in'vaits] [deθ] [tu:; tə][hɪz; ɪz] [dɔ:r] .

house	invites	death	to	his	door	.
房子	邀请	死亡	到	他的	门	.

热带地区有句谚语说：“在房子前面种树的人，会招致死亡降临。”

” [ðɪs] [mi:nz] [ðæt] ['dæmpnəs] [ænd; ənd] shade52

”	This	means	that	dampness	and	shade52
”	这	方法	那	潮湿	和	shade52

“这意味着潮湿和阴凉52

[meɪd] [baɪ][ðə; ði] [tri:z] ['groʊɪŋ] [tu:] [nɪr] [ðə; ði] [haʊs] [bri:d] [dɪ'zi:z] [ænd; ənd]['ɔ:f(ə)n] [brɪŋ] [deθ]

made	by	the	trees	growing	too	near	the	house	breed	disease	and	often	bring	death
制成	经过	这	树木	生长	也	靠近	这	房子	品种	疾病	和	经常	带来	死亡

.

:

.

树木长得离房子太近会滋生疾病，甚至导致死亡。

[soʊ][wi:; wi][ʃæl; ʃəl][hæv; həv][noʊ] [tri:z] ['nɪrər] ['aʊər; ɑ:r] [haʊs] [ðæn; ðən] ['twenti] [fi:t] .

So	we	shall	have	no	trees	nearer	our	house	than	twenty	feet	.
所以	我们	将	有	不	树木	更近	我们的	房子	比	二十	脚	.

所以，我们房子周围20英尺内不能有树。

[nɔ:r][ʃæl; ʃəl]['eni][wʌn][bi:; bi] [ə'laʊd] [tu:; tə] [sli:p] [ɪn]['aʊər; ɑ:r] ['kɪtʃɪn] .

Nor	shall	any	one	be	allowed	to	sleep	in	our	kitchen	.
也不	将	任何	一	是	允许	到	睡觉	在	我们的	厨房	.

任何人都不允许睡在我们的厨房里。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][ə; eɪ] ['veri] [ʌn'helθfəl] [ænd; ənd][ʌn'klenli; ʌn'kli:nli] ['kʌstəm] [tu:; tə][let][ðə; ði] ['sɜ:rvənt] [sli:p] [ɪn]

It	is	a	very	unhealthful	and	uncleanly	custom	to	let	the	servants	sleep	in
它	是	一个	非常	不健康的	和	不洁的	风俗	到	让	这	仆人	睡觉	在

[ðə; ði] ['kɪtʃɪn] .

the	kitchen	.
这	厨房	.

让佣人睡在厨房里是一种非常不卫生、非常不健康的习俗。

[ðer; ðər][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi][noʊ] ['sli:pɪŋ] [ɪn][ə; eɪ] [ru:m] [wer] [fu:d] [ɪz] [prɪ'perd] .

There	should	be	no	sleeping	in	a	room	where	food	is	prepared	.
那里	应该	是	不	睡眠	在	一个	房间	在哪里	食物	是	准备	.

准备食物的房间里不应该睡觉。

[baɪ] ['mɔ:rnɪŋ] [ðə; ði] [er] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['sli:pɪŋ] [ru:m] [ɪz]['ɔ:lweɪz] [tʃɑ:rdʒd] [wɪð; wɪθ][bæd] ['mætər] ['gɪv(ə)n]

By	morning	the	air	of	a	sleeping	room	is	always	charged	with	bad	matter	given
经过	早晨	这	空气	的	一个	睡眠	房间	是	总是	带电	和	坏的	事情	给定

[ɔ:f] [frʌm; frəm][ðə; ði] [lʌŋz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sli:pɜ-z] .

off	from	the	lungs	of	the	sleepers	.
离开	从	这	肺	的	这	卧铺	.

到了早晨，卧室里的空气总是弥漫着睡眠者肺部排出的有害物质。

['sli:pɪŋ] [ru:mz; rʊmz][hæv; həv][ə; eɪ] [tʃæns] [fɔ:r; fər][ˌventɪ'leɪʃ(ə)n] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [deɪ] ,

Sleeping	rooms	have	a	chance	for	ventilation	during	the	day	,
睡眠	房间	有	一个	机会	为了	通风	期间	这	天	,

卧室白天有机会通风。

[ænd; ənd][ɔ:l] [ði:z] ['veipəz] [ɑ:r; ər] [rɪ'pleɪst] [baɪ] [pjʊr] [er] .

and	all	these	vapors	are	replaced	by	pure	air	.
和	全部	这些	蒸汽	是	替换	经过	纯的	空气	.

所有这些蒸汽都被纯净空气取代。

[bʌt; bət][ðer; ðər][ɪz][noʊ][taɪm][ɪn][ðə; ði] ['mɔ:rnɪŋ] [tu:; tə] [tʃeɪndʒ] [ðə; ði] [er] [ʌv; əv][ðə; ði] ['kɪtʃɪn] .

But	there	is	no	time	in	the	morning	to	change	the	air	of	the	kitchen	.
但	那里	是	不	时间	在	这	早晨	到	改变	这	空气	的	这	厨房	.

但早上没有时间更换厨房的空气。

[ðə; ði] [fu:d] [mʌst; məst][bi:; bi] [prɪ'perd] [ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ʌv; əv][ɔ:l][ðə; ði][bæd]['gæsɪz] [ðæt] [hæv; həv]

The	food	must	be	prepared	in	the	midst	of	all	the	bad	gases	that	have
这	食物	必须	是	准备	在	这	中间	的	全部	这	坏的	气体	那	有

['gæðərd] [ðer; ðər] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [naɪt] .

gathered	there	during	the	night	.
聚集	那里	期间	这	夜晚	.

食物必须在夜间积聚的各种有害气体中烹制而成。

[ðɪs] [brɪŋz] [ˌju: 'es][tu:; tə] [θɪŋk] [ʌv; əv] [wʌt] ['prɑ:pər] ['sli:pɪŋ] [ə'reɪndʒmənts] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] .

This	brings	us	to	think	of	what	proper	sleeping	arrangements	should	be	.
这	带来	我们	到	思考	的	什么	恰当的	睡眠	安排	应该	是	.

这就引出了一个问题：合理的睡眠安排应该是什么样的?

[nɑ:t] [ɪ'nʌf] [ə'tenʃ(ə)n] [ɪz]['gɪv(ə)n][tu:; tə][ðə; ði]['sʌbdʒekt][ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

Not	enough	attention	is	given	to	the	subject	in	this	country	.
不是	足够的	注意力	是	给定	到	这	主题	在	这	国家	.

在这个国家，人们对这个问题重视程度不够。

[ðə; ði] [naɪts] [ɑ:r; ər][soʊ][hɑ:t] [ðæt] ['pi:p(ə)l][ɑ:r; ər] ['kerləs] .

The	nights	are	so	hot	that	people	are	careless	.
这	夜晚	是	所以	热的	那	人们	是	粗心	.

夜晚酷热难耐，人们变得粗心大意。

['meni] [groʊn] people53

Many	grown	people53
许多	生长	people53

许多成年人53

[ænd; ənd] ['nɪrli] [ɔ:l] ['tʃɪldrən] [sli:p] [ɑ:n][ɔ:r][kloʊz][tu:; tə][ðə; ði] [flɔ:r] .

and	nearly	all	children	sleep	on	or	close	to	the	floor	.
和	几乎	全部	孩子们	睡觉	在	或者	关闭	到	这	地面	.

几乎所有儿童都睡在地板上或靠近地板的地方。

[ðɪs] ['kʌstəm] [ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [sɔ:rs] [ʌv; əv] ['sɪknəs] .

This	custom	is	a	great	source	of	sickness	.
这	风俗	是	一个	伟大的	来源	的	疾病	.

这种习俗是疾病的一大来源。

[ɪf] [ðə; ði] [flɔ:r] [ɪz][ʌv; əv][ˌbæm'bu:] , [ðə; ði][bæd] [er] [frʌm; frəm][ðə; ði] [ɜ:rθ] ['raɪzɪz] [θru:] [ˌaɪ 'ti:][æt; ət]

If	the	floor	is	of	bamboo	,	the	bad	air	from	the	earth	rises	through	it	at
如果	这	地面	是	的	竹子	,	这	坏的	空气	从	这	地球	上升	通过	它	在

[naɪt] .

night	.
夜晚	.

如果地板是竹子做的，夜间地里的污浊空气就会从竹子缝隙中上升。

[ðer; ðər][ɪz]['ɔ:lweɪz][ə; eɪ][dræft][ə'krɔ:s][ðə; ði] [flɔ:r] , [frʌm; frəm] [dɔ:z] [ænd; ənd][frʌm; frəm] ['wɪndoʊz] ,

There	is	always	a	draft	across	the	floor	,	from	doors	and	from	windows	,
那里	是	总是	一个	草稿	穿过	这	地面	,	从	门	和	从	视窗	,

地板上总是有冷风吹进来，从门窗缝隙吹进来。

[ænd; ənd][frʌm; frəm]['speɪsɪz][ɪn][ðə; ði] [flɔ:r] [ɪt'self] .

and	from	spaces	in	the	floor	itself	.
和	从	空间	在	这	地面	本身	.

以及来自地板本身的缝隙。

[wen] [wi:; wi][ɑ:r; ər] [ə'sli:p] [ðə; ði]['bɑ:di][ɪz] [rɪ'lækst] , [ðə; ði] ['pɔrz] [ʌv; əv][ðə; ði][skɪn][ɑ:r; ər]['oʊpən] ,

When	we	are	asleep	the	body	is	relaxed	,	the	pores	of	the	skin	are	open	,
什么时候	我们	是	睡着了	这	身体	是	轻松	,	这	毛孔	的	这	皮肤	是	打开	,

当我们睡觉时，身体放松，皮肤毛孔张开。

[ænd; ənd][wi:; wi][ɑ:r; ər][ɪn] ['evri] [wei] [les] ['eɪb(ə)l][tu:; tə] [rɪ'zɪst] [tʃɪlz] [ænd; ənd][ðə; ði][bæd] [ɪ'fekts]

and	we	are	in	every	way	less	able	to	resist	chills	and	the	bad	effects
和	我们	是	在	每一个	方式	较少的	有能力的	到	抵抗	寒意	和	这	坏的	效果

[ʌv; əv] [ɪm'pjʊr] [er] .

of	impure	air	.
的	不纯	空气	.

而且，我们在各方面都更难抵抗寒冷和不洁净空气带来的不良影响。

[sli:p] [ɪz][ə; eɪ][kən'dɪʃ(ə)n][ʌv; əv] ['helpləsnəs] , [ænd; ənd][wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] [prə'tekt] [ɑ:r'selvz] [ɪn][ˌaɪ 'ti:] .

Sleep	is	a	condition	of	helplessness	,	and	we	should	protect	ourselves	in	it	.
睡觉	是	一个	状况	的	无助	,	和	我们	应该	保护	我们自己	在	它	.

睡眠是一种无助的状态，我们应该在睡眠中保护自己。

[ə; eɪ] ['sɪriəs] [kɔ:z] [ʌv; əv] [dɪ'zi:z] , [wɪtʃ] ['pi:p(ə)l][ɑ:r; ər][dʒʌst] [bɪ'gɪnɪŋ] [tu:; tə][ˌʌndər'stænd] , [ɪz]

A	serious	cause	of	disease	,	which	people	are	just	beginning	to	understand	,	is
一个	严肃的	原因	的	疾病	,	哪个	人们	是	只是	开始	到	理解	,	是

[ðə; ði][mə'ski:toʊ] .

the	mosquito	.
这	蚊子	.

人们才刚刚开始认识到，蚊子是造成疾病的严重原因之一。

[wi:; wi][hæv; həv]['oʊnli] ['leɪtli] [kʌm] [tu:; tə] [noʊ] [ðæt] [ðɪs] ['ɪnsekt][ɪz][ðə; ði][də'rekt] [kɔ:z] [ʌv; əv][ðə; ði]

We	have	only	lately	come	to	know	that	this	insect	is	the	direct	cause	of	the
我们	有	仅有的	最近	来	到	知道	那	这	昆虫	是	这	直接的	原因	的	这

[mə'leriə] [wɪtʃ] [ɪz][soʊ] ['kɑ:mən] ,

malaria	which	is	so	common	,
疟疾	哪个	是	所以	常见的	,

我们最近才知道，这种昆虫是导致疟疾这种常见疾病的直接原因。

[ænd; ənd][soʊ]['deɪndʒərəs] , [hɪr] .

and	so	dangerous	,	here	.
和	所以	危险的	,	这里	.

这里非常危险。

[mə'leriə] [ɪz][ə; eɪ][dʒɜ:rm] [dɪ'zi:z] .

Malaria	is	a	germ	disease	.
疟疾	是	一个	细菌	疾病	.

疟疾是一种细菌性疾病。

[ðæt] [ɪz] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz][ə; eɪ] [dɪ'zi:z] [kɔ:zd] [baɪ][dʒə:mz] [wɪtʃ] [get]['ɪntu:][ðə; ði] [blʌd] .

That	is	,	it	is	a	disease	caused	by	germs	which	get	into	the	blood	.
那	是	,	它	是	一个	疾病	导致	经过	细菌	哪个	得到	进入	这	血	.

也就是说，这是一种由进入血液的细菌引起的疾病。

[ðə; ði][dʒɜ:rm][ʌv; əv] [mə'leriə] [ɪz][ə; eɪ]['pærəsaɪt] [wɪtʃ] [laɪvz; lɪvz][ɑ:n][ðə; ði]['bɑ:di][ʌv; əv][ðə; ði][mə'ski:toʊ]

The	germ	of	malaria	is	a	parasite	which	lives	on	the	body	of	the	mosquito
这	细菌	的	疟疾	是	一个	寄生虫	哪个	生活	在	这	身体	的	这	蚊子

.

:

.

疟疾的病原体是一种寄生在蚊子身上的寄生虫。

[wi:; wi][kæn; kən][ɪ'mædʒɪn] [haʊ] ['taɪni][ˌaɪ 'ti:][mʌst; məst][bi:; bi] [wen] [wi:; wi] [noʊ] [ðæt] [ə; eɪ] [greɪt]

We	can	imagine	how	tiny	it	must	be	when	we	know	that	a	great
我们	能	想象	如何	微小的	它	必须	是	什么时候	我们	知道	那	一个	伟大的

['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm][faɪnd] [ru:m] [tu:; tə][lɪv; laɪv][ɑ:n][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l][mə'ski:toʊ] . -

many	of	them	find	room	to	live	on	a	single	mosquito	.	54
许多	的	他们	寻找	房间	到	居住	在	一个	单身的	蚊子	.	-

我们可以想象，当知道那么多微生物能在一只蚊子身上找到生存空间时，它们该有多么微小。54

[naʊ] , [wen] [ðə; ðɪ][mə'ski:toʊ] [laɪts] [ɑ:n][ə; eɪ]['pɜ:rs(ə)n][ænd; ənd][baɪts][hɪm; ɪm] ,

Now	,	when	the	mosquito	lights	on	a	person	and	bites	him	,
现在	,	什么时候	这	蚊子	灯	在	一个	人	和	咬	他	,

现在，当蚊子落在人身上叮咬他时，

[ðiːz] [dʒəːmz]['ɔ:f(ə)n][get]['ɪntu:][ðə; ðɪ]['lɪt(ə)l] ['pʌŋktʃər] [wɪtʃ] [ðə; ðɪ]['ɪnsekt] [meɪks] [tu:; tə] [drɔ:] [blʌd]

these	germs	often	get	into	the	little	puncture	which	the	insect	makes	to	draw	blood
这些	细菌	经常	得到	进入	这	小的	穿刺	哪个	这	昆虫	制作	到	画	血

.

:

.

这些细菌经常会通过昆虫吸血时造成的微小伤口进入体内。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðeɪ] [get]['ɪntu:][ðə; ðɪ] [blʌd] [ʌv; əv][ðə; ðɪ]['hju:mən] ['bi:ɪŋ] ,

In	this	way	they	get	into	the	blood	of	the	human	being	,
在	这	方式	他们	得到	进入	这	血	的	这	人类	存在	,

这样一来，它们就进入了人类的血液中。

[ænd; ənd][ðer; ðər] [ðeɪ] [ɪn'kri:s] [ɪn] ['nʌmbərz] ['veri] [fæst] .

and	there	they	increase	in	numbers	very	fast	.
和	那里	他们	增加	在	数字	非常	快速地	.

在那里，它们的数量增长非常迅速。

[ðeɪ] ['pɔɪzn] [ðə; ðɪ] [blʌd] , [ðə; ðɪ]['pɜ:rs(ə)n] [bɪ'kʌmz] [sɪk] [ænd; ənd] [wi:k] , ['sʌfəz] [frʌm; frəm]

They	poison	the	blood	,	the	person	becomes	sick	and	weak	,	suffers	from
他们	毒	这	血	,	这	人	变成	生病的	和	虚弱的	,	遭受	从

['hedeɪk] [ænd; ənd] ['ʌðər] [peɪnz] ,

headache	and	other	pains	,
头痛	和	其他	疼痛	,

它们会使血液中毒，使人生病虚弱，并出现头痛和其他疼痛症状。

[ænd; ənd] ['veri] ['ɔ:f(ə)n][daɪz][æt; ət][læst][ʌv; əv][mə'leriə] .

and	very	often	dies	at	last	of	malaria	.
和	非常	经常	死亡	在	最后的	的	疟疾	.

最终往往死于疟疾。

[wi:; wi] [meɪ] [lɜ:rn] [frʌm; frəm] [ðiːz] [fækts] [haʊ] [ɪm'pɔ:rt(ə)nt][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [ðæt] [mə'ski:toʊ] [nets] [ʃʊd; ʃəd]

We	may	learn	from	these	facts	how	important	it	is	that	mosquito	nets	should
我们	可能	学习	从	这些	事实	如何	重要的	它	是	那	蚊子	网	应该

[bi:; bi] [ju:st] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

be	used	in	this	country	.
是	用过的	在	这	国家	.

从这些事实中我们可以了解到，在这个国家使用蚊帐是多么重要。

['i:v(ə)n] [ɪf] [ə; eɪ]['pɜ:rs(ə)n] [sli:ps] [ə'pɑ:n][ðə; ðɪ] [flɔ:r] ,

Even	if	a	person	sleeps	upon	the	floor	,
甚至	如果	一个	人	睡觉	之上	这	地面	,

即使一个人睡在地板上，

[hi:; hi][ʃʊd; ʃəd] [ə'reɪndʒ] [sʌm; səm][sɔ:rt][ʌv; əv] [prə'tekʃn] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ] [mə'ski:toʊz] .

he	should	arrange	some	sort	of	protection	from	the	mosquitoes	.
他	应该	安排	一些	种类	的	保护	从	这	蚊子	.

他应该采取一些防蚊措施。

['evri] ['mɔ:rnɪŋ] ,
Every morning ,
每一个 早晨 ,

每天早上，

[ðə; ði] [flɔ:rz] [ʌv; əv]['aʊər; ɑ:r] [haʊs] [mʌst; məst][bi:; bi] [wɑ:ʃt] [wɪð; wɪθ]['wɔ:tər][ɪn] [wɪtʃ] [wi:; wi]
the floors of our house must be washed with water in which we
这 楼层 的 我们的 房子 必须 是 洗过 和 水 在 哪个 我们
[hæv; həv][pʊt][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['kerəsi:n] [ɔɪl] ;
have put a little kerosene oil ;
有 放 一个 小的 煤油 油 ;

我们家的地板必须用加了少量煤油的水来清洗；

[wʌn][ɔ:r] [tu:] [lɑ:rdʒ] ['spu:nˌfʊlz] [ʌv; əv][ɔɪl] [wɪl] [bi:; bi] [ɪ'nʌf] [fɔ:r; fər][ə; eɪ] ['bʌkɪt] [ʌv; əv]['wɔ:tər] .
one or two large spoonfuls of oil will be enough for a bucket of water .
一 或者 二 大的 一勺 的 油 将要 是 足够的 为了 一个 桶 的 水 .

一两大勺油就足够浸入一桶水中了。

[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] [si:] [ðæt] [ðə; ði] ['wɑ:ʃɪŋ] [ɪz] ['kerfəli] [dʌn] .
We should see that the washing is carefully done .
我们 应该 看 那 这 洗涤 是 小心 完毕 .

我们应该确保洗涤工作认真完成。

[ðɪs] ['wɑ:ʃɪŋ] [wɪð; wɪθ] ['kerəsi:n] [wɪl] [help][tu:; tə] [ki:p] [mə'ski:toʊz] [ə'weɪ] .
This washing with kerosene will help to keep mosquitoes away .
这 洗涤 和 煤油 将要 帮助 到 保持 蚊子 离开 .

用煤油清洗有助于驱赶蚊子。

[ˌaɪ 'ti:]['ɔ:lsoʊ] [tendz] [tu:; tə] [draɪv] [aʊt] [ænts][ænd; ənd] ['ʌðər] [smɔ:l] ['ɪnsekts] .
It also tends to drive out ants and other small insects .
它 还 倾向于 到 驾驶 出去 蚂蚁 和 其他 小的 昆虫 .

它还能驱赶蚂蚁和其他小型昆虫。

['kerəsi:n] [ɔɪl][ɪz] ['klenzɪŋ] , [ænd; ənd]['hɛlps][tu:; tə] [kɪl] ['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] germs55
Kerosene oil is cleansing , and helps to kill many of the germs55
煤油 油 是 清洁 , 和 帮助 到 杀 许多 的 这 germs55

煤油具有清洁作用，并有助于杀死许多细菌[55]

[ðæt] [bri:d] [ɪn]['kɔ:rnərz][ænd; ənd] [kræks] .
that breed in corners and cracks .
那 品种 在 角落 和 裂缝 .

它们会在角落和缝隙里滋生。

[ɪf] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [pɔ:d] [ə'pɑ:n] ['stændɪŋ] ['wɔ:tər] , [ˌaɪ 'ti:] [wɪl] [prɪ'vent] [mə'ski:toʊz] [frʌm; frəm] ['bri:dɪŋ]
If it is poured upon standing water , it will prevent mosquitoes from breeding
如果 它 是 倾倒 之上 常设 水 , 它 将要 防止 蚊子 从 选育
[ðer; ðər] .
there .
那里 .

如果将其倒在静水中，可以防止蚊子在那里滋生。

[wʌn] [aʊns] [ʌv; əv] ['kerəsi:n] [wɪl] [spred] [aʊt]['oʊvər] [ˌfɪf'ti:n] [skwer] [fi:t] [ʌv; əv]['wɔ:tər] ,
One ounce of kerosene will spread out over fifteen square feet of water ,
一 盎司 的 煤油 将要 传播 出去 超过 十五 正方形 脚 的 水 ,

一盎司煤油会扩散到十五平方英尺的水面上。

[ænd; ənd] [ðɪs] [fækt][ɪz] [meɪd] [ju:z][ʌv; əv][ɪn][sʌm; səm] ['kʌntriz] [ɪn] ['getɪŋ] [rɪd][ʌv; əv] [mə'ski:toʊz] .
and this fact is made use of in some countries in getting rid of mosquitoes .
和 这 事实 是 制成 使用 的 在 一些 国家 在 获得 摆脱 的 蚊子 .

有些国家正是利用这一原理来消灭蚊子。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [spred] ['oʊvər][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði]['wɔːtər][ɪn] ['sɪstənz] [wɪ'ðaʊt] [ɪm'pɑːrtɪŋ]

It	may	be	spread	over	the	surface	of	the	water	in	cisterns	without	imparting
它	可能	是	传播	超过	这	表面	的	这	水	在	水箱	没有	传授

['eni] [teɪst] [tuː; tə][ðə; ði]['wɔːtər] [wɪtʃ] [ɪz] [drɔːn] [frʌm; frəm] [bɪ'loʊ] [fɔːr; fər] ['drɪŋkɪŋ] ['pɝːpəsəz, 'pɝːpəsɪz]

any	taste	to	the	water	which	is	drawn	from	below	for	drinking	purposes
任何	品尝	到	这	水	哪个	是	绘制	从	以下	为了	喝	目的

.

:

.

它可以撒在水箱的水面上，而不会给从水箱底部抽取的饮用水带来任何味道。

['pɝːsənz] [huː] [hæv; həv] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ɔːt] ['nevər][tuː; tə] [sliːp] [ɪn][ðə; ði] [seɪm] [ruːm] [wɪð; wɪθ]

Persons	who	have	consumption	ought	never	to	sleep	in	the	same	room	with
人	WHO	有	消耗	应该	绝不	到	睡觉	在	这	相同的	房间	和

['ʌðər] , [pər'tɪkjələrli] [wɪð; wɪθ] ['tʃɪldrən] .

others	,	particularly	with	children	.
其他的	,	特别	和	孩子们	.

患有肺结核的人绝对不应该与他人同睡一室，尤其是不应该与儿童同睡一室。

[kən'sʌmpʃ(ə)n] [ɪz]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] .

Consumption	is	catching	.
消耗	是	捕捉	.

消费主义会传染。

[ðə; ði][dʒəːmz] [wɪtʃ] [kɔːz] [ˌaɪ 'tiː][ɑːr; ər] [briːðd] [aʊt][baɪ][ðə; ði]['vɪktɪm] ,

The	germs	which	cause	it	are	breathed	out	by	the	victim	,
这	细菌	哪个	原因	它	是	呼吸	出去	经过	这	受害者	,

引起这种疾病的病菌是由患者呼出的。

[ænd; ənd] ['ʌðər] ['piːp(ə)l]['ɔːf(ə)n] [ɪn'heɪl] [ðem; ðəm][ænd; ənd]['kɑːntrækt][ðə; ði] [dɪ'ziːz] .

and	other	people	often	inhale	them	and	contract	the	disease	.
和	其他	人们	经常	吸入	他们	和	合同	这	疾病	.

其他人经常吸入这些物质而感染这种疾病。

[ə; eɪ] [kən'sʌmptɪv] ['pɜːrs(ə)n][ʃʊd; ʃəd]['nevər][spɪt][ɑːn][ðə; ði] [flɔːr] ,

A	consumptive	person	should	never	spit	on	the	floor	,
一个	消耗性的	人	应该	绝不	吐	在	这	地面	,

肺痨患者绝不应该随地吐痰。

[ænd; ənd][ɔːl] [dɪs'tʃɑːdʒz] [frʌm; frəm][ðə; ði] [maʊθ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [dɪsɪn'fektɪd] .

and	all	discharges	from	the	mouth	should	be	disinfected	.
和	全部	排放	从	这	嘴	应该	是	已消毒	.

口腔分泌物均应消毒。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] [tuː] ['ʌðər] ['pleɪsɪz] [ə'baʊt][ə; eɪ] [haʊs] [ɪn][ðə; ði]['trɑːpɪks] [wer] ['aʊər; ɑːr] [ɑːrtʃ] ['enəmi] ,

There	are	two	other	places	about	a	house	in	the	tropics	where	our	arch	enemy	,
那里	是	二	其他	地方	关于	一个	房子	在	这	热带	在哪里	我们的	拱	敌人	,

还有另外两个地方提到了热带地区的一栋房子，我们的死敌就住在那里。

[dɜːrt] , [meɪ] [haɪd][ænd; ənd] [sleɪ] [ˌjuː 'es] , [ɪf] [wiː; wi][ɑːr; ər][nɑːt][ɑːn] [gɑːrd] [ə'genst] [ˌaɪ 'tiː] .

dirt	,	may	hide	and	slay	us	,	if	we	are	not	on	guard	against	it	.
污垢	,	可能	隐藏	和	杀戮	我们	,	如果	我们	是	不是	在	警卫	反对	它	.

污垢可能会隐藏我们，甚至害死我们，如果我们不加以防范的话。

[ðiːz] [ɑːr; ər][ðə; ði][sɪŋks][ænd; ənd][ðə; ði] ['sɛspuːlz] , [wɪtʃ] [rɪ'siːv] [weɪst] [frʌm; frəm] the56

These	are	the	sinks	and	the	cesspools	,	which	receive	waste	from	the56
这些	是	这	水槽	和	这	化粪池	,	哪个	收到	浪费	从	the56

这些是水槽和化粪池，它们接收来自56号的污水。

['bæθruːm] , ['tɔɪlət] , [ænd; ənd] [sʌtʃ] ['pleɪsɪz] .

bathroom	,	toilet	,	and	such	places	.
浴室	,	洗手间	,	和	这样的	地方	.

浴室、厕所等场所。

[noʊ] [rɪˈfjuːz] [ˈmætər] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi] [θroʊn] [aʊt] [əˈbaʊt][ðə; ði] [haʊs] ,

No	refuse	matter	ought	to	be	thrown	out	about	the	house	,
不	拒绝	事情	应该	到	是	抛掷	出去	关于	这	房子	,

房屋周围不应该随意丢弃任何垃圾。

[ænd; ənd][noʊ][dɜːrt][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [əˈlaʊd] [tuː; tə]['gædər][ɑːn][ðə; ði] [graʊnd] [flɔːr] [ɔːr][ɪn][ðə; ði] [kɔːrt] .

and	no	dirt	should	be	allowed	to	gather	on	the	ground	floor	or	in	the	court	.
和	不	污垢	应该	是	允许	到	收集	在	这	地面	地面	或者	在	这	法庭	.

一楼或庭院内不应积聚污垢。

[wiː; wi]['kænɑːt][biː; bi] [tuː] ['kerf(ə)l] [əˈbaʊt] [ðɪs] ; [fɔːr; fər] [ɪf] [dɜːrt] [dʌz] ['gæðər] [ɪn] [ðiːz] ['pleɪsɪz] ,

We	cannot	be	too	careful	about	this	;	for	if	dirt	does	gather	in	these	places	,
我们	不能	是	也	小心	关于	这	;	为了	如果	污垢	做	收集	在	这些	地方	,

我们对此再怎么小心也不为过；因为如果这些地方积聚了污垢，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [ʃʊr] [tuː; tə] [briːd] [dɪˈziːz] .

it	is	sure	to	breed	disease	.
它	是	当然	到	品种	疾病	.

它肯定会滋生疾病。

[dɪˈkeɪd] ['vedʒtəb(ə)lz] , [fruːt] , [ænd; ənd][ɔːl] ['liːvɪŋz] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['kɪtʃɪn] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['kærid]

Decayed	vegetables	,	fruit	,	and	all	leavings	from	the	kitchen	should	be	carried
腐烂的	蔬菜	,	水果	,	和	全部	剩菜	从	这	厨房	应该	是	携带

[əˈweɪ] [ænd; ənd] [bəːnd] ,

away	and	burned	,
离开	和	烧伤	,

腐烂的蔬菜、水果以及厨房里的所有剩饭剩菜都应该被带走焚烧。

[ɔːr] ['berid] , [ɔːr] ['ʌðərwaɪz] [dɪ'spoʊzd][ʌv; əv] [wer] [ðeɪ] [kæn; kən][duː][noʊ][hɑːrm] .

or	buried	,	or	otherwise	disposed	of	where	they	can	do	no	harm	.
或者	埋葬	,	或者	否则	处置	的	在哪里	他们	能	做	不	伤害	.

或者掩埋，或者以其他方式处置，以免造成危害。

['iːv(ə)n][ðə; ði]['wɔːtər][ɪn] [wɪtʃ] ['dɪʃɪz] [ɑːr; ər] [wɑːʃt] , [ɔːr][ɪn] [wɪtʃ] [wiː; wi][hæv; həv] [beɪðd] ,

Even	the	water	in	which	dishes	are	washed	,	or	in	which	we	have	bathed	,
甚至	这	水	在	哪个	菜肴	是	洗过	,	或者	在	哪个	我们	有	洗澡	,

甚至包括洗碗的水，或者我们洗澡的水，

[ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi] [pɔːd] [aʊt][ɑːn][ðə; ði] [graʊnd] [nɪr] [ðə; ði] [haʊs] .

should	not	be	poured	out	on	the	ground	near	the	house	.
应该	不是	是	倾倒	出去	在	这	地面	靠近	这	房子	.

不应倾倒在房屋附近的地面上。

[ˌaɪ ˈtiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['kærid] [æz; əz][fɑːr] [əˈweɪ] [æz; əz]['pɑːsəb(ə)l][ænd; ənd] ['emptid] [ɪn][sʌm; səm] [weɪst]

It	should	be	carried	as	far	away	as	possible	and	emptied	in	some	waste
它	应该	是	携带	作为	远的	离开	作为	可能的	和	清空	在	一些	浪费

[pleɪs] .

place	.
地方	.

应该尽可能把它运到最远的地方，倾倒在某个垃圾场。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] [fjuː] ['suːərz] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

There	are	few	sewers	in	this	country	.
那里	是	很少	下水道	在	这	国家	.

这个国家下水道很少。

['iːv(ə)n] [ðoʊz] [ɪn][məˈnɪlə][ɑːr; ər] ['skersli] ['wɜːrði] [ʌv; əv][ðə; ði] [neɪm] .

Even	those	in	Manila	are	scarcely	worthy	of	the	name	.
甚至	那些	在	马尼拉	是	几乎	值得	的	这	姓名	.

即使是马尼拉的那些人，也几乎不配被称为“马尼拉人”。

[bɪˈfɔːr] [lɔːŋ] , [steps] [wɪl] [hæv; həv][tuː; tə][biː; bi]['teɪkən][tuː; tə][hæv; həv][ðem; ðəm][ɪn][ɔːl] ['sɪtiz] [ɪn]

Before	**long**	**,**	**steps**	**will**	**have**	**to**	**be**	**taken**	**to**	**have**	**them**	**in**	**all**	**cities**	**in**
前	长的	,	步骤	将要	有	到	是	已采取	到	有	他们	在	全部	城市	在

[ðə; ði][ˌɑːrkɪˈpeləgoʊ] ;

the	**archipelago**	**;**
这	群岛	;

不久之后，就必须采取措施，让群岛所有城市都配备这些设施；

[fɔːr; fər][ðer; ðər][ɪz] [greɪt] [niːd] [fɔːr; fər][ðem; ðəm] .

for	**there**	**is**	**great**	**need**	**for**	**them**	**.**
为了	那里	是	伟大的	需要	为了	他们	.

因为非常需要它们。

[ðə; ði][fækt] [ðæt] [ðer; ðər][ɑːr; ər][noʊ] [gʊd] ['suːərz] [meɪks] [ðə; ði]['kwestʃən] [ʌv; əv] ['klenlinəs] [ə'baʊt]

The	**fact**	**that**	**there**	**are**	**no**	**good**	**sewers**	**makes**	**the**	**question**	**of**	**cleanliness**	**about**
这	事实	那	那里	是	不	好的	下水道	制作	这	问题	的	清洁	关于

[ðə; ði] [haʊs] [ə; eɪ] [greɪv] [wʌn] .

the	**house**	**a**	**grave**	**one**	**.**
这	房子	一个	严重	一	.

由于没有良好的下水道系统，房屋的清洁问题变得十分严重。

[ɪf] [weɪst] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['tɔɪlɪts] is57

If	**waste**	**from**	**the**	**toilets**	**is57**
如果	浪费	从	这	洗手间	is57

如果厕所的废物量为57

['kærid] ['ɪntuː][ðə; ði] ['sɛspuːlz] , [ðer; ðər][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['plenti] [ʌv; əv] ['rʌnɪŋ] ['wɔːtər][wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'tiː]

carried	**into**	**the**	**cesspools**	**,**	**there**	**should**	**be**	**plenty**	**of**	**running**	**water**	**with**	**it**
携带	进入	这	化粪池	,	那里	应该	是	很多	的	跑步	水	和	它

[fɔːr; fər] ['flʌʃɪŋ] ;

for	**flushing**	**;**
为了	冲洗	;

污水排入化粪池时，应有充足的流动水用于冲洗；

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['kærid] [ɪn][paɪps][tuː; tə][ðə; ði] ['sespuːl] ,

it	**should**	**be**	**carried**	**in**	**pipes**	**to**	**the**	**cesspool**	**,**
它	应该	是	携带	在	管道	到	这	化粪池	,

应该通过管道输送到化粪池。

[ænd; ənd][æt; ət] [liːst] [wʌns][ə; eɪ][deɪ][ðə; ði]['wɔːtər] - ['klɑːzɪt][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [flʌʃt] [wɪð; wɪθ]['wɔːtər][ɪn]

and	**at**	**least**	**once**	**a**	**day**	**the**	**water**	**-**	**closet**	**should**	**be**	**flushed**	**with**	**water**	**in**
和	在	至少	一次	一个	天	这	水	-	壁橱	应该	是	酡	和	水	在

[wɪtʃ] [ðer; ðər][ɪz][sʌm; səm] [gʊd] [ˌdɪsɪn'fektənt] .

which	**there**	**is**	**some**	**good**	**disinfectant**	**.**
哪个	那里	是	一些	好的	消毒剂	.

每天至少要用含有有效消毒剂的水冲洗一次马桶。

[ɪf] , [æz; əz][ɪz][soʊ]['ɔːf(ə)n][ðə; ði] [keɪs] ,

If	**,**	**as**	**is**	**so**	**often**	**the**	**case**	**,**
如果	,	作为	是	所以	经常	这	案件	,

如果，像通常情况那样，

[ðə; ði]['klɑːzɪt][ɪz] ['mɪrli] [æn; ən] ['aʊthaʊs] ['oʊvər][ə; eɪ][hoʊl][ɔːr] [vɔːlt] [dʌg][ɪn][ðə; ði] [ɜːrθ] ,

the	**closet**	**is**	**merely**	**an**	**outhouse**	**over**	**a**	**hole**	**or**	**vault**	**dug**	**in**	**the**	**earth**	**,**
这	壁橱	是	仅仅	一个	室外厕所	超过	一个	洞	或者	金库	挖	在	这	地球	,

壁橱只不过是建在地下洞穴或地窖上的简易厕所而已。

[æt; ət] [liːst] [faɪv] ['liːtɚz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['mɪkstʃər] [ʌv; əv] ['kwɪklaɪm] [ænd; ənd] [draɪ] [ɜːrθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pʊt]

at	least	five	liters	of	a	mixture	of	quicklime	and	dry	earth	should	be	put
在	至少	五	升	的	一个	混合物	的	生石灰	和	干燥	地球	应该	是	放

['ɪntuː] [ðə; ði] [vɔːlt] ['evri] [deɪ] .

into	the	vault	every	day	.
进入	这	金库	每一个	天	.

每天至少应向金库中放入五升生石灰和干土的混合物。

[mɪlk] [ʌv; əv] [laɪm] [ɪz] [wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [best] [dɪsɪn'fektənts] [fɔːr; fər] [juːz] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

Milk	of	lime	is	one	of	the	best	disinfectants	for	use	in	this	country	.
牛奶	的	酸橙	是	一	的	这	最好的	消毒剂	为了	使用	在	这	国家	.

柠檬乳是我国最好的消毒剂之一。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [tʃiːp] , [ænd; ənd] [ˌaɪ 'tiː] [nɑːt] ['oʊnli] [ˌdɪsɪn'fekts] [weɪst] ['mætər] , [bʌt; bət] [dɪs'trɔɪz] [bæd] ['əudəz]

It	is	cheap	,	and	it	not	only	disinfects	waste	matter	,	but	destroys	bad	odors
它	是	便宜的	,	和	它	不是	仅有的	消毒	浪费	事情	,	但	摧毁	坏的	气味

.

:

.

它价格便宜，不仅可以对废物进行消毒，还能消除异味。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['paʊdərd] ['kwɪklaɪm] [dɪ'zɑːlvd] [ɪn] ['wɔːtər] , [ə'baʊt] [wʌn] ['liːtər] [ʌv; əv] ['kwɪklaɪm] [tuː; tə] [fɔːr]

It	is	powdered	quicklime	dissolved	in	water	,	about	one	liter	of	quicklime	to	four
它	是	粉末状	生石灰	溶解	在	水	,	关于	一	升	的	生石灰	到	四

['liːtɚz] [ʌv; əv] ['wɔːtər] .

liters	of	water	.
升	的	水	.

它是将粉状生石灰溶于水中，大约一升生石灰溶于四升水中。

[ə'nʌðər] ['veri] [tʃiːp] , [bʌt; bət] [rɪ'laɪəb(ə)l] ,

Another	very	cheap	,	but	reliable	,
其他	非常	便宜的	,	但	可靠的	,

另一款非常便宜但可靠的产品

[ˌdɪsɪn'fektənt] [ɪz] [meɪd] [baɪ] [di'zɔlviŋ] [θriː] [dræmz] [ʌv; əv] ['mɜːrkjəri] [baɪ'klɔːraɪd] [wɪð; wɪθ] [θriː] [dræmz]

disinfectant	is	made	by	dissolving	three	drams	of	mercury	bichloride	with	three	drams
消毒剂	是	制成	经过	溶解	三	戏剧	的	汞	二氯化物	和	三	戏剧

[ʌv; əv] [ə'moʊniəm] ['klɔːraɪd] [ɪn] [ə; eɪ] ['bʌkɪt] [ʌv; əv] ['wɔːtər] .

of	ammonium	chloride	in	a	bucket	of	water	.
的	铵	氯化物	在	一个	桶	的	水	.

将三打的氯化汞和三打的氯化铵溶解在一桶水中制成消毒剂。

[ðɪs] ['mɪkstʃər] [kæn; kən] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [kept] [ɪn] [ðə; ði] [haʊs] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['tæboʊ] [ɔːr] [tuː] [ʌv; əv] [ˌaɪ 'tiː] [θroʊn] [daʊn] [ðə; ði] ['klɑːzɪt] [siːt] [wen'evər] [ðə; ði] ['lætər] [ɪz] [juːst] .

This	mixture	can	always	be	kept	in	the	house	and	a	tabo	or	two	of	it
这	混合物	能	总是	是	保留	在	这	房子	和	一个	禁忌	或者	二	的	它

thrown	down	the	closet	seat	whenever	the	latter	is	used	.
抛掷	向下	这	壁橱	座位	每当	这	后者	是	用过的	.

这种混合物可以一直放在家里，每次使用衣柜时，往衣柜座圈里倒一两包这种混合物。

[ˌaɪ 'tiː] [mʌst; məst] [biː; bi] [kept] [wer] ['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] ['kænɑːt] ['med(ə)l] [wɪð; wɪθ] [ˌaɪ 'tiː] ; [bʌt; bət] [ə; eɪ]

It	must	be	kept	where	little	children	cannot	meddle	with	it	;	but	a
它	必须	是	保留	在哪里	小的	孩子们	不能	插手	和	它	;	但	一个

child58

child58
child58

必须将其存放在幼儿无法触及的地方；但孩子58

[niːd] [nɑːt][biː; bi]['veri] [oʊld][tuː; tə][biː; bi][waɪz] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][juːz][ˌaɪ 'tiː] [wen] ['nesəseri] [ænd; ənd]

need	not	be	very	old	to	be	wise	enough	to	use	it	when	necessary	and
需要	不是	是	非常	老的	到	是	明智的	足够的	到	使用	它	什么时候	必要的	和

[nɑːt][tuː; tə]['med(ə)l][wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'tiː] .

not	to	meddle	with	it	.
不是	到	插手	和	它	.

不必年纪很大才能足够明智地在必要时使用它，而不是随意摆弄它。

['tʃɪldrən] , [æz; əz] [wel] [æz; əz] [groʊn] ['piːp(ə)l] ,

Children	,	as	well	as	grown	people	,
孩子们	,	作为	出色地	作为	生长	人们	,

儿童以及成年人

[ʃʊd; ʃəd] [fiːl] [ɪn] ['ɑːnər] [baʊnd] [tuː; tə] [teɪk] [gʊd] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði] [haʊs] [ænd; ənd][tuː; tə] [faɪt]

should	feel	in	honor	bound	to	take	good	care	of	the	house	and	to	fight
应该	感觉	在	荣誉	边界	到	拿	好的	关心	的	这	房子	和	到	斗争

[ə'genst] [dɜːrt][ænd; ənd] [dɪ'ziːz] [wen] [ðiːz] [ə'tæk] [ˌaɪ 'tiː] .

against	dirt	and	disease	when	these	attack	it	.
反对	污垢	和	疾病	什么时候	这些	攻击	它	.

应该感到有义务好好照料房屋，并在污垢和疾病侵袭房屋时与之斗争。

[ðə; ði] ['bæθruːm] [ænd; ənd]['wɔːtər] - ['klɑːzɪt][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [haʊs] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][kept][æz; əz] [kliːn]

The	bathroom	and	water	-	closet	of	our	house	should	be	kept	as	clean
这	浴室	和	水	-	壁橱	的	我们的	房子	应该	是	保留	作为	干净的

[æz; əz][kæn; kən][biː; bi] .

as	can	be	.
作为	能	是	.

我们家的浴室和厕所应该尽可能保持清洁。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [swept] [ænd; ənd] [wɑːʃt] ['evri] [deɪ] ,

They	should	be	swept	and	washed	every	day	,
他们	应该	是	扫荡	和	洗过	每一个	天	,

它们应该每天清扫和清洗。

[ænd; ənd][noʊ] [sɔɪld] ['kloʊðɪŋ] [ɔːr] ['tauəlz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə][laɪ][ə'baʊt] .

and	no	soiled	clothing	or	towels	should	be	allowed	to	lie	about	.
和	不	脏的	衣服	或者	毛巾	应该	是	允许	到	说谎	关于	.

脏衣服和毛巾不应该随意堆放。

['aʊər; ɑːr] ['enəmi] , [ðə; ði] [mə'skiːtoʊz] ,

Our	enemies	,	the	mosquitoes	,
我们的	敌人	,	这	蚊子	,

我们的敌人，蚊子，

[ɑːr; ər] ['veri] [fɑːnd][ʌv; əv]['haɪdɪŋ] [ə'baʊt] [sɔɪld] ['kloʊðɪŋ] [ɔːr] [ðæt] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [wɔːrn][ænd; ənd]

are	very	fond	of	hiding	about	soiled	clothing	or	that	which	has	been	worn	and
是	非常	喜爱	的	隐藏	关于	脏的	衣服	或者	那	哪个	有	到过	磨损	和

[ɪz][nɑːt] [sɔɪld] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][biː; bi][sent][tuː; tə][ðə; ði] ['lɔːndri] .

is	not	soiled	enough	to	be	sent	to	the	laundry	.
是	不是	脏的	足够的	到	是	发送	到	这	洗衣店	.

他们很喜欢藏匿脏衣服，或者穿过但还没脏到需要送去洗衣的衣服。

[sɔɪld] ['gɑːrmənts][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [wɑːʃt] [æz; əz] [suːn] [æz; əz]['pɑːsəb(ə)l]['æftər] [ðeɪ] [ɑːr; ər]['teɪkən][ɔːf] .

Soiled	garments	should	be	washed	as	soon	as	possible	after	they	are	taken	off	.
脏的	服装	应该	是	洗过	作为	很快	作为	可能的	后	他们	是	已采取	离开	.

脏衣服脱下来后应尽快清洗。

[raɪt] [hɪr] ['lɜːrks][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] ['gretɪst] [foʊz][tuː; tə] [helθ] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] .

Right	here	lurks	one	of	the	greatest	foes	to	health	in	this	country	.
正确的	这里	潜伏者	一	的	这	最	敌人	到	健康	在	这	国家	.

这个国家最大的健康敌人之一就潜伏在这里。

['piːp(ə)l][ɑːr; ər] [tuː] ['kerləs] [ə'baʊt][ðə; ði] [wei] [ðer; ðər]['gɑːrmənts][ɑːr; ər] [wɑːʃt] .

People	are	too	careless	about	the	way	their	garments	are	washed	.
人们	是	也	粗心	关于	这	方式	他们的	服装	是	洗过	.

人们对衣物的洗涤方式太过随意。

[ðə; ði] [kloʊðz] ['ɔːf(ə)n][laɪ][fɔːr; fər] ['sevrəl] [deɪz] [ɪn]['bæskəts][ɔːr][bægz] [bɪ'fɔːr] ['goʊɪŋ][tuː; tə][ðə; ði]

The	clothes	often	lie	for	several	days	in	baskets	or	bags	before	going	to	the
这	衣服	经常	说谎	为了	一些	天	在	篮子	或者	包	前	去	到	这

['lɔːndri] [ɔːr] ['biːɪŋ] [wɑːʃt] .

laundry	or	being	washed	.
洗衣店	或者	存在	洗过	.

衣服通常会在篮子或袋子里放上好几天，然后才被送到洗衣店或被清洗。

[ðɪs] [ɪz][bæd] , [æz; əz][dʒəːmz] [briːd] ['kwɪkli] [ə'mʌŋ] [ðem; ðəm] .

This	is	bad	,	as	germs	breed	quickly	among	them	.
这	是	坏的	,	作为	细菌	品种	迅速地	之中	他们	.

这很糟糕，因为细菌会在它们之间迅速繁殖。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] harmful59

It	is	harmful59
它	是	harmful59

它有害59

[fɔːr; fər] [kloʊðz] [tuː; tə][biː; bi] [wɑːʃt] [ɪn] [puːlz] [ɔːr][kə'nælz] .

for	clothes	to	be	washed	in	pools	or	canals	.
为了	衣服	到	是	洗过	在	游泳池	或者	运河	.

用于在水池或运河中洗涤衣物。

[ðə; ði]['wɔːtər][ʌv; əv] ['stændɪŋ] [puːlz] [ɔːr]['iːv(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði][kə'nælz][ɪn][ðə; ði] ['sɪti] [ɪz] ,

The	water	of	standing	pools	or	even	of	the	canals	in	the	city	is	,
这	水	的	常设	游泳池	或者	甚至	的	这	运河	在	这	城市	是	,

城市中静水池甚至运河里的水都是.....

[mɔːr] ['ɔːf(ə)n][ðæn; ðən][nɑːt] , [fʊl] [ʌv; əv] [dɪ'ziːz] [dʒəːmz] .

more	often	than	not	,	full	of	disease	germs	.
更多的	经常	比	不是	,	满的	的	疾病	细菌	.

通常情况下，都充满了致病细菌。

[kloʊðz] ['draɪɪŋ] [ɑːn][ðə; ði] [graʊnd] .

Clothes	drying	on	the	Ground	.
衣服	烘干	在	这	地面	.

衣服晾在地上。

[tuː; tə] [meɪk] ['mætərz] [wɜːrs] , [ðə; ði] [kloʊðz] , [wen] [wɑːʃt] , [ɑːr; ər][leɪd] [aʊt][ɑːn][ðə; ði] [græs]

To	make	matters	worse	,	the	clothes	,	when	washed	,	are	laid	out	on	the	grass
到	制作	事情	更糟	,	这	衣服	,	什么时候	洗过	,	是	铺设	出去	在	这	草

[tuː; tə][draɪ] .

to	dry	.
到	干燥	.

更糟糕的是，洗好的衣服会被摊在草地上晾干。

[ɔːl] ['sɔrts] [ʌv; əv]['taɪni] ['kriːpɪŋ] [θɪŋz] [ɑːr; ər] [hɪr] ; [soʊ] [ðæt] [waɪl] [ðə; ði]['gɑːrmənts] [lʊk] [waɪt]

All	sorts	of	tiny	creeping	things	are	here	;	so	that	while	the	garments	look	white
全部	排序	的	微小的	爬行	事物	是	这里	;	所以	那	尽管	这	服装	看	白色的

[ænd; ənd] [kliːn] ,

and	clean	,
和	干净的	,

这里爬满了各种各样的小虫子；所以，虽然衣服看起来洁白干净，

[ðeɪ] [meɪ] [biː; bi] [fʊl] [ʌv; əv] ['rɪgəlɪŋ] [laɪf][frʌm; frəm][ðə; ði]['wɔːtər][ænd; ənd][frʌm; frəm][ðə; ði] [graʊnd]

they	may	be	full	of	wriggling	life	from	the	water	and	from	the	ground
他们	可能	是	满的	的	扭动	生活	从	这	水	和	从	这	地面

,

,

,

它们可能充满了来自水里和地里的蠕动生物。

— ['kriːtʃərz] [tuː] [smɔːl] [tuː; tə][biː; bi] [siːn] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ]['maɪkrəskoʊp] , [jet] [ðə; ði] [kɔːz] , ['meni]

—	creatures	too	small	to	be	seen	without	a	microscope	,	yet	the	cause	,	many
—	生物	也	小的	到	是	已见	没有	一个	显微镜	,	然而	这	原因	,	许多

[taɪmz] ,

times	,
时代	,

——肉眼无法直接观察到的微小生物，然而很多时候，它们却是罪魁祸首。

[ʌv; əv][ðə; ði] [ʌn'plez(ə)nt] [skɪn] [dɪ'ziːzɪz] [soʊ] ['kɑːmən] [ɪn] [ðɪs] ['klaɪmət] .

of	the	unpleasant	skin	diseases	so	common	in	this	climate	.
的	这	令人不快的	皮肤	疾病	所以	常见的	在	这	气候	.

在这种气候下，常见的令人不快的皮肤病。

[ðə; ði] ['lɔːndri] [wɜːrk][ʌv; əv][ðə; ði]['fæməli] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi] [dʌn] [æt; ət][hoʊm] , [ænd; ənd][ðə; ði]

The	laundry	work	of	the	family	ought	to	be	done	at	home	,	and	the
这	洗衣店	工作	的	这	家庭	应该	到	是	完毕	在	家	,	和	这

[kloʊðz] [ʃʊd; ʃəd] be60

clothes	should	be60
衣服	应该	be60

家里的洗衣工作应该在家完成，衣服应该60

[hʌŋ] [ə'pɑːn][laɪnz][tuː; tə][draɪ] .

hung	upon	lines	to	dry	.
悬挂	之上	线条	到	干燥	.

挂在绳子上晾干。

[ɪn] ['ʌðər] ['kʌntriz] [kloʊðz] [ɑːr; ər] [bɔɪld] ['æftər][fɜːrst] ['biːɪŋ] [waːʃt] [wɪð; wɪθ][soʊp] ,

In	other	countries	clothes	are	boiled	after	first	being	washed	with	soap	,
在	其他	国家	衣服	是	煮沸	后	第一的	存在	洗过	和	肥皂	,

在其他国家，衣服要先用肥皂洗一遍，然后再煮沸消毒。

[bʌt; bət] [ðɪs] [ɪz][nɑːt]['pɑːsəb(ə)l] [hɪr] ; ['prɑːbəbli] [ˌaɪ 'tiː]['nevər] [wɪl] [biː; bi]['pɑːsəb(ə)l] .

but	this	is	not	possible	here	;	probably	it	never	will	be	possible	.
但	这	是	不是	可能的	这里	;	大概	它	绝不	将要	是	可能的	.

但这在这里是不可能的；或许永远也不可能。

[jet] [kloʊðz] [kæn; kən][biː; bi] [waːʃt] [wɪð; wɪθ][soʊp][ænd; ənd]['wɔːtər][ænd; ənd] [ðen] [liːtʃt] , —

Yet	clothes	can	be	washed	with	soap	and	water	and	then	leached	,	—
然而	衣服	能	是	洗过	和	肥皂	和	水	和	然后	浸出	,	—

[ðæt] [ɪz] ,

that	is	,
那	是	,

然而，衣服可以用肥皂和水清洗，然后再进行浸渍——也就是说，

[rɪnst] [ɪn] [laɪ] ['wɔːtər] .

rinsed	in	lye	water	.
冲洗干净	在	碱液	水	.

用碱液冲洗。

[wʊd] ['æʃɪz] [ɑːr; ər] ['iːzi] [tuː; tə][get] , [ænd; ənd] [laɪ] ['wɔːtər] — [ðæt] [ɪz] ,

Wood	ashes	are	easy	to	get	,	and	lye	water	—	that	is	,
木头	灰烬	是	简单的	到	得到	,	和	碱液	水	—	那	是	,

木灰很容易获得，碱液——也就是

['wɔːtər][ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['æʃɪz] [hæv; həv] [bɪn] [soʊkt] — [wɪl] [dɪ'strɔɪ] [ɔːl][dʒəːmz] .

water	in	which	the	ashes	have	been	soaked	—	will	destroy	all	germs	.
水	在	哪个	这	灰烬	有	到过	浸泡过	—	将要	破坏	全部	细菌	.

浸泡过骨灰的水——可以杀死所有细菌。

[ðə; ði] [kloʊðz] [rɪnst] [ɪn][ˌaɪ 'tiː][ɑːr; ər][æz; əz] [seɪf] [æz; əz] [ðoʊz] [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] [bɔɪld] .

The	clothes	rinsed	in	it	are	as	safe	as	those	which	have	been	boiled	.
这	衣服	冲洗干净	在	它	是	作为	安全的	作为	那些	哪个	有	到过	煮沸	.

用这种方法洗过的衣服和煮沸过的衣服一样安全。

[ðə; ði] [best] [wei] [tuː; tə][draɪ] [kloʊðz] .

The	Best	Way	to	dry	Clothes	.
这	最好的	方式	到	干燥	衣服	.

晾干衣服的最佳方法。

[ə'tenʃ(ə)n] [tuː; tə][ɔːl][ʌv; əv] [ðiːz] [θɪŋz] means61

Attention	to	all	of	these	things	means61
注意力	到	全部	的	这些	事物	means61

关注所有这些事情意味着61

[wɜːrk][fɔːr; fər][men][ænd; ənd] ['wɪmɪn] ,

work	for	men	and	women	,
工作	为了	男人	和	女性	,

男女皆可工作，

[ænd; ənd][fɔːr; fər][ðə; ði] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝːlz] [huː] [wɪʃ] [tuː; tə] [fiːl] [ðæt] [ðer; ðər] [haʊs] [ɪz] ['riːəli]

and	for	the	boys	and	girls	who	wish	to	feel	that	their	house	is	really
和	为了	这	男孩们	和	女孩们	WHO	希望	到	感觉	那	他们的	房子	是	真的

[ðer; ðər]['kæs(ə)l] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [dɪ'fendɪŋ] [ə'genst] [ˌʌn'siːn] [foʊz] .

their	castle	which	they	are	defending	against	unseen	foes	.
他们的	城堡	哪个	他们	是	防守	反对	看不见	敌人	.

也适合那些希望感受到自己的家就像自己的城堡，需要保卫它免受看不见的敌人侵害的男孩女孩们。

[ðiːz] [foʊz][ɑːr; ər]['hɑːrdər][tuː; tə] [faɪt] [ðæn; ðən] [ðoʊz] [huː] [kʌm] ['oʊpənli][ænd; ənd] [sleɪ] [wɪð; wɪθ]

These	foes	are	harder	to	fight	than	those	who	come	openly	and	slay	with
这些	敌人	是	更难	到	斗争	比	那些	WHO	来	公然	和	杀戮	和

[ðə; ði] [sɔːrd] .

the	sword	.
这	剑	.

这些敌人比那些公开前来用剑杀戮的敌人更难对付。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [mɔːr] ['deɪndʒərəs] [foʊz] , [mɔːr'oʊvər] ; [fɔːr; fər] [ðeɪ] [ɑːr; ər][ə'baʊt][ˌjuː 'es]['ɔːlweɪz] ,

They	are	more	dangerous	foes	,	moreover	;	for	they	are	about	us	always	,
他们	是	更多的	危险的	敌人	,	而且	;	为了	他们	是	关于	我们	总是	,

[ænd; ənd][mʌst; məst][biː; bi] [fɔːt] ['deɪli] .

and	must	be	fought	daily	.
和	必须	是	战斗	日常的	.

而且，他们是更危险的敌人；因为他们无处不在，我们必须每天与之斗争。

['ʌðərwaɪz] , [ðeɪ] [wɪl] [rɑːb][ˌjuː 'es][ʌv; əv] [helθ] , [ʌv; əv] ['kʌmfərt] , [ʌv; əv] [saɪt] ;

Otherwise	,	they	will	rob	us	of	health	,	of	comfort	,	of	sight	;
否则	,	他们	将要	抢	我们	的	健康	,	的	舒适	,	的	视线	;

否则，它们将剥夺我们的健康、舒适和视力；

[ðeɪ] [wɪl] [meɪk] [ˌjuː 'es][ðə; ði]['vɪktəms][ʌv; əv] [dɪ'ziːz] [wɪtʃ] [ɪz] ['ʌgli] [tuː; tə] [lʊk] [ə'pɑːn][ænd; ənd]

they	will	make	us	the	victims	of	disease	which	is	ugly	to	look	upon	and
他们	将要	制作	我们	这	受害者	的	疾病	哪个	是	丑陋的	到	看	之上	和

['peɪnf(ə)l][tuː; tə] [ber] .

painful	to	bear	.
痛苦	到	熊	.

它们会让我们成为丑陋不堪、痛苦不堪的疾病的受害者。

[ðeɪ] ['i:v(ə)n] [teɪk] [frʌm; frəm][ˌju: 'es][laɪf][ɪt'self] ,

They	even	take	from	us	life	itself	,
他们	甚至	拿	从	我们	生活	本身	,

他们甚至夺走我们的生命。

[ən'les] [wi:; wi][ɑ:r; ər] ['kɑ:nstəntli] [ɑ:n] [gɑ:rd] [tu:; tə] [faɪt] [ðer; ðər] [greɪt] ['helpər] , [ðə; ði][dɜ:rt] ,

unless	we	are	constantly	on	guard	to	fight	their	great	helper	,	the	dirt	,
除非	我们	是	不断地	在	警卫	到	斗争	他们的	伟大的	帮手	,	这	污垢	,

除非我们时刻警惕，与它们的得力助手——污垢——作斗争，

[wɪtʃ] ['gæðərz] [ə'baʊt] ['eni] [nɪ'glektɪd] [spɑ:t] .

which	gathers	about	any	neglected	spot	.
哪个	聚集	关于	任何	被忽视的	点	.

它会聚集在任何被忽视的地方。

['kwestʃənz] .

QUESTIONS	.
问题	.

问题。

[wʌt] [sɔ:rt][ʌv; əv][saɪt][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['tʃoʊzn] [tu:; tə] [bɪld] [ə; eɪ][hoʊm][ə'pɑ:n] ?

What	sort	of	site	should	be	chosen	to	build	a	home	upon	?
什么	种类	的	地点	应该	是	选定	到	建造	一个	家	之上	?

应该选择什么样的地块来建造房屋?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd][ðə; ði][faʊn'deɪʃ(ə)n][bi:; bi] [prɪ'perd] ?

How	should	the	foundation	be	prepared	?
如何	应该	这	基础	是	准备	?

基础应该如何准备?

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'ti:] [ʌn'helθfəl] [tu:; tə][lɪv; laɪv] [nɪr] [ðə; ði] [graʊnd] [ɪn][ðə; ði]['trɑ:pɪks] ?

Why	is	it	unhealthful	to	live	near	the	ground	in	the	tropics	?
为什么	是	它	不健康的	到	居住	靠近	这	地面	在	这	热带	?

为什么在热带地区住在地面附近对健康不利?

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'ti:][ˌʌn'waɪz][tu:; tə] [ki:p] ['ænɪmlz] ['ʌndər][ðə; ði] ['haʊzɪz] ?

Why	is	it	unwise	to	keep	animals	under	the	houses	?
为什么	是	它	失策	到	保持	动物	在下面	这	房屋	?

为什么在房屋下饲养动物是不明智的?

[wʌt] [ɪz][ðə; ði][best][sɔ:rt][ʌv; əv] [ru:f] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ?

What	is	the	best	sort	of	roof	in	this	country	?
什么	是	这	最好的	种类	的	屋顶	在	这	国家	?

在这个国家，最好的屋顶类型是什么?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd][ðə; ði] ['kɪtʃɪn] [bi:; bi]['loʊkeɪtɪd] ?

How	should	the	kitchen	be	located	?
如何	应该	这	厨房	是	位于	?

厨房应该建在哪里?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd][noʊ][wʌn][bi:; bi] [ə'laʊd] [tu:; tə] [sli:p] [ɪn][ðə; ði] ['kɪtʃɪn] ? -

Why	should	no	one	be	allowed	to	sleep	in	the	kitchen	?	62
为什么	应该	不	一	是	允许	到	睡觉	在	这	厨房	?	-

为什么不允许任何人睡在厨房里? 62

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'ti:][nɑ:t] ['helθf(ə)l] [tu:; tə] [sli:p] [ɑ:n][ðə; ði] [flɔ:r] ?

Why	is	it	not	healthful	to	sleep	on	the	floor	?
为什么	是	它	不是	健康的	到	睡觉	在	这	地面	?

为什么睡在地板上不健康?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd][ðə; ði]['bɑ:di][bi:; bi] [prə'tektɪd] ['dʊrɪŋ] [sli:p] ?

How	should	the	body	be	protected	during	sleep	?
如何	应该	这	身体	是	受保护	期间	睡觉	?

睡眠期间应该如何保护身体?

[haʊ] [duː] [mə'skiːtoʊz] [kɔːz] [mə'leriə] ?
How do mosquitoes cause malaria ?
如何 做 蚊子 原因 疟疾 ?

蚊子是如何传播疟疾的?

[haʊ] [dʌz] [ðə; ði][juːz][ʌv; əv] ['kerəsiːn] [ɔɪl] [kiːp] [ðem; ðəm] [ə'weɪ] ?
How does the use of kerosene oil keep them away ?
如何 做 这 使用 的 煤油 油 保持 他们 离开 ?

煤油的使用是如何驱赶它们的?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [kən'sʌmptɪv] ['nevər] [sliːp] [ɪn][ðə; ði] [ruːm] [wɪð; wɪθ] ['helθi] ['pɜːsənz] ?
Why should consumptives never sleep in the room with healthy persons ?
为什么 应该 肺痨 绝不 睡觉 在 这 房间 和 健康 人 ?

为什么肺结核患者不能与健康人同睡一室?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [rɪ'fjuːz] ['mætər] [biː; bi][dɪ'spoʊzd][ʌv; əv] ?
How should refuse matter be disposed of ?
如何 应该 拒绝 事情 是 处置 的 ?

垃圾应该如何处理?

[wʌt] [ɑːr; ər][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði][best] [tʃiːp] [dɪsɪn'fektənts] ?
What are some of the best cheap disinfectants ?
什么 是 一些 的 这 最好的 便宜的 消毒剂 ?

哪些消毒剂价格低廉且效果最好?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [kloʊðz] [biː; bi] [wɑːʃt] ?
How should clothes be washed ?
如何 应该 衣服 是 洗过 ?

衣服应该怎么洗?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [ðeɪ] [biː; bi][draɪd] ? -
How should they be dried ? 63
如何 应该 他们 是 干燥 ? -

它们应该如何晾干? 63

['tʃæptər] [viː] .
CHAPTER V .
章 V .

第五章

['aʊər; ɑːr] [oʊn] [selvz] .
OUR OWN SELVES .
我们的 自己的 自我 .

我们自己。

[ə; eɪ]['hjuːmən] ['biːɪŋ] [ɪz] ['veri] ['wʌndərf(ə)l] .
A human being is very wonderful .
一个 人类 存在 是 非常 精彩的 .

人类真是太奇妙了。

['iːv(ə)n][ðə; ði] [smɔːlɪst] ['beɪbi][ɪz][ɪn'taɪərli] ['seprət] [frʌm; frəm][ɔːl][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrld] .
Even the smallest baby is entirely separate from all the rest of the world .
甚至 这 最小 婴儿 是 完全 分离 从 全部 这 休息 的 这 世界 .

即使是最小的婴儿，也与世界上的其他一切完全隔绝。

[hiː; hi][ɪz][ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [greɪt] [hoʊl] , [bʌt; bət][hiː; hi][hæz; həz][hɪz; ɪz] [oʊn] [laɪf][ænd; ənd]
He is a part of the great whole , but he has his own life and
['seprət] ['biːɪŋ] ,
separate being ,
分离 存在 ,

他是整体的一部分，但他拥有自己的生命和独立存在。

[dʒʌst][æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði] ['gretɪst] [mæn][ɪn][ðə; ði][wɜːrld] .

just	as	much	as	the	greatest	man	in	the	world	.
只是	作为	很多	作为	这	最	男人	在	这	世界	.

和世界上最伟大的人一样伟大。

[ɪf] ['evribɑːdi; 'evribʌdi][ɪn][ðə; ði][wɜːrld][dɪd][dʒʌst] [wʌt] [wʌz; wəz] [raɪt] [ɪk'septɪŋ] [wʌn][mæn] ,

If	everybody	in	the	world	did	just	what	was	right	excepting	one	man	,
如果	大家	在	这	世界	做过	只是	什么	曾是	正确的	除外	一	男人	,

如果世界上每个人都做了正确的事，只有一个人例外，

[bəuθ] [ðæt] [mæn][ænd; ənd][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrld] [wʊd] ['sʌfər] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv][hɪz; ɪz]

both	that	man	and	the	rest	of	the	world	would	suffer	because	of	his
两个都	那	男人	和	这	休息	的	这	世界	会	遭受	因为	的	他的

['duːɪŋ] [rɔːŋ] .

doing	wrong	.
正在做	错误的	.

他的恶行不仅会让他自己遭殃，也会让全世界都遭殃。

[ɪf] [ɔːl][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrld][wɜːr; wər] ['helθi] [ænd; ənd] [kliːn] [ænd; ənd][hiː; hi][wʌz; wəz][nɑːt]

If	all	the	rest	of	the	world	were	healthy	and	clean	and	he	was	not
如果	全部	这	休息	的	这	世界	是	健康	和	干净的	和	他	曾是	不是

,

,

,

如果全世界其他人都健康洁净，而他却不是，

[ðə; ði] ['klenlinəs] [ænd; ənd] [helθ] [ʌv; əv][ɔːl][ðə; ði] ['ʌðər] [wʊd] [nɑːt] [seɪv] [hɪm; ɪm][frʌm; frəm] ['biːɪŋ]

the	cleanliness	and	health	of	all	the	others	would	not	save	him	from	being
这	清洁	和	健康	的	全部	这	其他的	会	不是	节省	他	从	存在

['dɜːrti][ænd; ənd] [ʌn'helθi] .

dirty	and	unhealthy	.
肮脏的	和	不良	.

即使其他人都很干净健康，也无法让他免于肮脏和不健康。

[iːtʃ] [wʌn][ʌv; əv][juː 'es][mʌst; məst][duː][ɔːl] [ðæt] [hiː; hi][kæn; kən][tuː; tə][help][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði]

Each	one	of	us	must	do	all	that	he	can	to	help	the	rest	of	the
每个	一	的	我们	必须	做	全部	那	他	能	到	帮助	这	休息	的	这

[wɜːrld][tuː; tə][biː; bi] [gʊd] [ænd; ənd] ['helθi] [ænd; ənd] [kliːn] .

world	to	be	good	and	healthy	and	clean	.
世界	到	是	好的	和	健康	和	干净的	.

我们每个人都必须尽自己所能，帮助世界其他地方变得美好、健康和清洁。

[naʊ] , [ðə; ði][fɜːrst][ænd; ənd] ['gretɪst] [θɪŋ] [ðæt] ['eni][wʌn][ʌv; əv] us64

Now	,	the	first	and	greatest	thing	that	any	one	of	us64
现在	,	这	第一的	和	最	事物	那	任何	一	的	us64

现在，我们每个人首先也是最重要的事情是64

[kæn; kən][duː] [tɔːrd] [ðɪs] , [ɪz][tuː; tə][duː] [raɪt] [ænd; ənd][biː; bi] ['helθi] [ænd; ənd] [kliːn] [hɪm'self] .

can	do	toward	this	,	is	to	do	right	and	be	healthy	and	clean	himself	.
能	做	朝向	这	,	是	到	做	正确的	和	是	健康	和	干净的	他自己	.

他能为此做的，就是行事正直，保持健康和清洁。

[ðə; ði]['hjuːmən] ['biːɪŋ] [ɪz][nɑːt]['oʊnli] ['veri] ['wʌndərf(ə)l] , [bʌt; bət][hiː; hi][laɪvz; lɪvz][ɪn][ə; eɪ]['wʌndərf(ə)l]

The	human	being	is	not	only	very	wonderful	,	but	he	lives	in	a	wonderful
这	人类	存在	是	不是	仅有的	非常	精彩的	,	但	他	生活	在	一个	精彩的

['bɑːdi] .

body	.
身体	.

人类不仅非常奇妙，而且居住在一个奇妙的身体里。

[ðɪs] ['bɑːdi][kæn; kən][duː] [mʌtʃ] [ænd; ənd] [ɪn'dʊr] [mʌtʃ] .

This	body	can	do	much	and	endure	much	.
这	身体	能	做	很多	和	忍受	很多	.

这具身体能做很多事，也能承受很多事。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['veri] ['pɜːrfɪktli] [ə'dæptɪd] [tuː; tə][ɪts][juːz] .

It	is	very	perfectly	adapted	to	its	use	.
它	是	非常	完美	改编	到	它是	使用	.

它非常适合这种用途。

[ɪf] [mæn][hæd; həd][nɑːt][hɪz; ɪz]['riːz(ə)n][tuː; tə][help][hɪm; ɪm] ;

If	man	had	not	his	reason	to	help	him	;
如果	男人	有	不是	他的	原因	到	帮助	他	;

如果人没有理由帮助他;

[ɪf] [hiː; hi][dɪd][nɑːt][wɔːk] ['ʌpraɪt] [wen] [ɔːl] ['ʌðər] ['kriːtʃərz] [krɔːl] [ɔːr][goʊ][ɑːn][ɔːl] [fɔːz] ;

if	he	did	not	walk	upright	when	all	other	creatures	crawl	or	go	on	all	fours	;
如果	他	做过	不是	走	直立	什么时候全部	其他	生物	爬行	或者	去	在	全部	四	;	

如果其他所有生物都爬行或四肢着地行走，而他却不能直立行走;

[ɪf] [hiː; hi][dɪd][nɑːt] ['dɪfər] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['loʊər] ['ænɪmlz] [ɪn] ['eni] ['ʌðər] [wei] [ðæn; ðən][baɪ] ['hævɪŋ]

if	he	did	not	differ	from	the	lower	animals	in	any	other	way	than	by	having
如果	他	做过	不是	不同	从	这	降低	动物	在	任何	其他	方式	比	经过	拥有

[ə; eɪ] [θʌm] [ɑːn] [iːtʃ] [hænd] ,

a	thumb	on	each	hand	,
一个	拇指	在	每个	手	,

如果他除了每只手上都有一个拇指之外，没有任何其他方面与低等动物不同的话，

[hiː; hi] [wʊd] [stɪl] [biː; bi] [suː'pɪriər] [tuː; tə][ðem; ðəm] .

he	would	still	be	superior	to	them	.
他	会	仍然	是	优越的	到	他们	.

他仍然比他们强。

[ɔːl][ðə; ði] ['ʌðər] [lɑːrdʒ] ['kriːtʃərz] [ɑːr; ər][strɔːŋgər][ðæn; ðən][mæn] , [bʌt; bət][hɪz; ɪz]['skɪlf(ə)l][hændz] ,

All	the	other	large	creatures	are	stronger	than	man	,	but	his	skillful	hands	,
全部	这	其他	大的	生物	是	更强	比	男人	,	但	他的	熟练	双手	,

其他所有大型生物都比人类强壮，但他灵巧的双手，

[wɪð; wɪθ][ðer; ðər] [θʌmz] , [meɪk] [hɪm; ɪm]['mæstər][ʌv; əv][ðem; ðəm] .

with	their	thumbs	,	make	him	master	of	them	.
和	他们的	拇指	,	制作	他	掌握	的	他们	.

用他们的拇指，让他成为他们的主人。

[ðiːz] [help][hɪm; ɪm][tuː; tə][græsp][ænd; ənd][tuː; tə][hoʊld] , [tuː; tə] [meɪk] [θɪŋz] [fɔːr; fər][hɪz; ɪz] [oʊn] [juːz] .

These	help	him	to	grasp	and	to	hold	,	to	make	things	for	his	own	use	.
这些	帮助	他	到	抓牢	和	到	抓住	,	到	制作	事物	为了	他的	自己的	使用	.

这些帮助他掌握和控制，并为自己的需要制造物品。

[hiː; hi] [meɪks] ['kloʊðɪŋ] [tuː; tə] [wer] , ['haʊzɪz] [tuː; tə] ['ʃeltər] [hɪm'self] , [ænd; ənd] ['wɛpənz] [wɪð; wɪθ] [wɪtʃ] [tuː; tə] [dɪ'fend] [hɪm'self] .

He	makes	clothing	to	wear	,	houses	to	shelter	himself	,	and	weapons	with	which	to	defend	himself	.
他	制作	衣服	到	穿	,	房屋	到	庇护所	他自己	,	和	武器	和	哪个	到	保卫	他自己	.

他制作衣服穿，房屋遮风避雨，武器防身。

['hʌndrədz] [ʌv; əv] ['jɪrz] [ə'goʊ][ðer; ðər] [lɪvd] [ə; eɪ] [greɪt] ['dɑːktər] , [neɪmd] ['geilin] .

Hundreds	of	years	ago	there	lived	a	great	doctor	,	named	Galen	.
数百	的	年	前	那里	居住地	一个	伟大的	医生	,	命名	盖伦	.

几百年前，有一位伟大的医生，名叫盖伦。

[hiː; hi] [roʊt] [wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][fɜːrst] [bʊks] ['evər] ['rɪt(ə)n] [ə'baʊt][ðə; ði]['hjuːmən]['bɑːdi] ,

He	wrote	one	of	the	first	books	ever	written	about	the	human	body	,
他	写道	一	的	这	第一的	图书	曾经	书面	关于	这	人类	身体	,

他撰写了最早一批关于人体结构的书籍之一，

[ænd; ənd][hiː; hi][hæz; həz] [left] [ˌaɪ 'tiː][ɑːn]['rekɔːd; rɪ'kɔːd] [ðæt] [hiː; hi][wʌz; wəz][ə'blaɪdʒd][tuː; tə] [bɪ'liːv]

and	he	has	left	it	on	record	that	he	was	obliged	to	believe
和	他	有	左边	它	在	记录	那	他	曾是	有义务	到	相信

[ðæt] [gɑːd][laɪvz; lɪvz] ;

that	God	lives	;
那	上帝	生活	;

他曾公开表示，他不得不相信上帝活着；

[fɔːr; fər] none65

for	none65
为了	none65

对于 none65

[bʌt; bət][dɪ'vaɪn] ['paʊər] [kʊd; kəd][hæv; həv] [meɪd] [soʊ]['wʌndərf(ə)l][ə; eɪ] [θɪŋ] [æz; əz][ðə; ði][dʒɔɪnt] [ðæt]

but	divine	power	could	have	made	so	wonderful	a	thing	as	the	joint	that
但	神圣的	力量	可以	有	制成	所以	精彩的	一个	事物	作为	这	联合的	那

[tɜːrnz][ðə; ði]['hjuːmən][hænd][æt; ət][ðə; ði] [rɪst] .

turns	the	human	hand	at	the	wrist	.
转弯	这	人类	手	在	这	手腕	.

但是，神力完全有可能创造出像手腕关节这样奇妙的东西，它使人的手能够转动。

[jet] [ðɪs] [dʒɔɪnt][ɪz]['oʊnli][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] ['meni] ['wʌndərf(ə)l] [θɪŋz] [ɪn][ðə; ði]['bɑːdi] .

Yet	this	joint	is	only	one	of	the	many	wonderful	things	in	the	body	.
然而	这	联合的	是	仅有的	一	的	这	许多	精彩的	事物	在	这	身体	.

然而，这个关节只是人体众多奇妙构造之一。

[naʊ] , [tuː; tə] [iːtʃ] [ʌv; əv][juː 'es][ɪz] [ɪn'trʌst] [wʌn][ʌv; əv] [ðiːz] ['bɑːdɪz] [tuː; tə] [teɪk] [ker] [ʌv; əv] ,

Now	,	to	each	of	us	is	intrusted	one	of	these	bodies	to	take	care	of	,
现在	,	到	每个	的	我们	是	受托人	一	的	这些	身体	到	拿	关心	的	,

现在，我们每个人都被委托照顾其中一个身体。

[ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [duː]['aʊər; ɑːr][wɜːrk][fɔːr; fər][ˌjuː 'es] .

that	it	may	do	our	work	for	us	.
那	它	可能	做	我们的	工作	为了	我们	.

让它替我们做事。

['aʊər; ɑːr][wɜːrk][ɪz][nɑːt][dʒʌst][tuː; tə][lɪv; laɪv][fɔːr; fər] [ɑːr'selvz] , [bʌt; bət][tuː; tə][duː] ['sʌmθɪŋ] ['juːsf(ə)l]

Our	work	is	not	just	to	live	for	ourselves	,	but	to	do	something	useful
我们的	工作	是	不是	只是	到	居住	为了	我们自己	,	但	到	做	某物	有用

[ɪn][ðə; ði][wɜːrld] ;

in	the	world	;
在	这	世界	;

我们的工作不仅仅是为了自己而活，而是为了对世界做一些有用的事情；

[tuː; tə][help][ˌaɪ 'tiː][ɔːl][tuː; tə][biː; bi] ['betər] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][wiː; wi][ɑːr; ər] [hɪr] .

to	help	it	all	to	be	better	because	we	are	here	.
到	帮助	它	全部	到	是	更好的	因为	我们	是	这里	.

我们在这里，是为了让一切变得更好。

[soʊ][juː; jʊ] [siː] [haʊ] ['veri] [mʌtʃ] [wɜːrθ] [waɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðæt] [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [kiːp] [ðiːz] ['juːsf(ə)l]

So	you	see	how	very	much	worth	while	it	is	that	we	should	keep	these	useful
所以	你	看	如何	非常	很多	值得	尽管	它	是	那	我们	应该	保持	这些	有用

['bɑːdɪz] [ʌv; əv]['aʊərz][æz; əz] [wel] [ænd; ənd] [strɔːŋ] [æz; əz][wiː; wi][kæn; kən] .

bodies	of	ours	as	well	and	strong	as	we	can	.
身体	的	我们的	作为	出色地	和	强的	作为	我们	能	.

所以你看，我们保持这些有用的身体强壮是多么重要啊。

[bɪ'saɪdz] [ðə; ði] ['aʊtər] ['gɑ:rmənts] [ɪn] [wɪtʃ] [wi:; wi] [kloʊð] [ˌaɪ 'ti:] , [ðə; ði] ['bɑ:di] [hæz; həz] [ə; eɪ] ['gɑ:rmənt]

Besides	**the**	**outer**	**garments**	**in**	**which**	**we**	**clothe**	**it**	**,**	**the**	**body**	**has**	**a**	**garment**
除了	这	外	服装	在	哪个	我们	衣服	它	,	这	身体	有	一个	服装

[ʌv; əv] [ɪts] [oʊn] .

of	**its**	**own**	**.**
的	它是	自己的	.

除了我们穿在身上的外衣之外，身体本身也有一件"衣服"。

[ðɪs] ['gɑ:rmənt] [ɪz] ['nevər] [leɪd] [ə'saɪd] ; [ænd; ənd] [ðoʊ] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [ɪn] ['kɑ:nstənt] [ju:z] , [ˌaɪ 'ti:] ['nevər]

This	**garment**	**is**	**never**	**laid**	**aside**	**;**	**and**	**though**	**it**	**is**	**in**	**constant**	**use**	**,**	**it**	**never**
这	服装	是	绝不	铺设	旁边	;	和	尽管	它	是	在	持续的	使用	,	它	绝不

[werz] [aʊt] .

wears	**out**	**.**
穿着	出去	.

这件衣服从不被束之高阁；虽然经常穿着，却从未破损过。

[wi:; wi] [kɔ:l] [ˌaɪ 'ti:] [ðə; ði] [skɪn] .

We	**call**	**it**	**the**	**skin**	**.**
我们	称呼	它	这	皮肤	.

我们称之为皮肤。

[ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [ment] [tu:; tə] [prə'tekt] [ðə; ði] ['bɑ:di] .

The	**skin**	**is**	**meant**	**to**	**protect**	**the**	**body**	**.**
这	皮肤	是	意思是	到	保护	这	身体	.

皮肤的作用是保护身体。

['laɪɪŋ] [kloʊz] ['ʌndər] [ˌaɪ 'ti:] [ɑ:r; ər] ['meni] [nɜ:rv] ['ɛndz] , ['delɪkət] [blʌd] ['ves(ə)lz] , [ɔɪl] [glændz] ,

Lying	**close**	**under**	**it**	**are**	**many**	**nerve**	**ends**	**,**	**delicate**	**blood**	**vessels**	**,**	**oil**	**glands**	**,**
说谎	关闭	在下面	它	是	许多	神经	结束	,	精美的	血	船只	,	油	腺体	,

在其下方紧邻着许多神经末梢、纤细的血管和皮脂腺。

[swet] [glændz] , [ænd; ənd] ['ʌðər] ['taɪni] ['ɔrgənz] [ðæt] [ɑ:r; ər] [tu:] [smɔ:l] [tu:; tə] [bi:; bi] [si:n] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ]

sweat	**glands**	**,**	**and**	**other**	**tiny**	**organs**	**that**	**are**	**too**	**small**	**to**	**be**	**seen**	**without**	**a**
汗	腺体	,	和	其他	微小的	器官	那	是	也	小的	到	是	已见	没有	一个

['maɪkrəskoʊp] ,

microscope	**,**
显微镜	,

汗腺和其他一些肉眼无法直接看到的微小器官，

[bʌt; bət] [wɪtʃ] [ɑ:r; ər] ['ni:dɪd] [tu:; tə] [ki:p] the66

but	**which**	**are**	**needed**	**to**	**keep**	**the66**
但	哪个	是	需要	到	保持	the66

但哪些是维持66所必需的

['bɑ:di] [ɪn] [gʊd] ['ɔ:rdər] .

body	**in**	**good**	**order**	**.**
身体	在	好的	命令	.

车身状况良好。

[ɪn] [ðə; ði] ['pɪktʃərz] [wɪtʃ] [ɑ:r; ər] [ʃoʊn] [ɑ:n] [ðɪs] [peɪdʒ] ,

In	**the**	**pictures**	**which**	**are**	**shown**	**on**	**this**	**page**	**,**
在	这	图片	哪个	是	所示	在	这	页	,

本页所示图片中，

[ju:; jʊ] [wɪl] [si:] [haʊ] [ði:z] ['taɪni] ['ɔrgənz] [lʊk] [wen] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] ['meni] [taɪmz] ['mægnɪfaɪd] .

you	**will**	**see**	**how**	**these**	**tiny**	**organs**	**look**	**when**	**they**	**are**	**many**	**times**	**magnified**	**.**
你	将要	看	如何	这些	微小的	器官	看	什么时候	他们	是	许多	时代	放大	.

你会看到这些微小的器官在放大很多倍后的样子。

[ðə; ði] [skɪn] ['mægnɪfaɪd]

The	**Skin**	**Magnified**
这	皮肤	放大

皮肤放大

[fɪg] . [wʌn] .

Fig	**.**	**1**	**.**
如图	.	1	.

图1。

['sɜːrfɪs] ['ʃoʊɪŋ] ['oʊpənɪŋz] [ʌv; əv] ['pɔrz] .

Surface	**showing**	**openings**	**of**	**pores**	**.**
表面	显示	开口	的	毛孔	.

表面可见孔隙开口。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

[ˌtuːˈtuː] . [saɪd] [vjuː] [ʌv; əv] [swet] [glændz][ænd; ənd] ['pɔrz] .

2	**.**	**Side**	**view**	**of**	**sweat**	**glands**	**and**	**pores**	**.**
2	.	边	看法	的	汗	腺体	和	毛孔	.

2. 汗腺和毛孔的侧视图。

[naʊ] , [laɪk]['aʊər; ɑːr]['aʊtər] ['kloʊðɪŋ] , [ðɪs] ['gɑːrmənt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] [niːdz] [tuː; tə][biː; bi] [kept]

Now	**,**	**like**	**our**	**outer**	**clothing**	**,**	**this**	**garment**	**of**	**the**	**body**	**needs**	**to**	**be**	**kept**
现在	,	喜欢	我们的	外	衣服	,	这	服装	的	这	身体	需求	到	是	保留

['veri] [kliːn] .

very	**clean**	**.**
非常	干净的	.

就像我们的外衣一样，身体的这件"衣物"也需要保持非常清洁。

[juː; jʊ] [noʊ] [ðæt] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [wen] [wiː; wi] [teɪk] ['eksərsaɪz] , [ɔːr] , ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [hiːt] [ʌv; əv]

You	**know**	**that**	**in**	**this**	**country**	**when**	**we**	**take**	**exercise**	**,**	**or**	**,**	**during**	**the**	**heat**	**of**
你	知道	那	在	这	国家	什么时候	我们	拿	锻炼	,	或者	,	期间	这	热	的

[ðə; ði] [deɪ] ,

the	**day**	**,**
这	天	,

你知道，在这个国家，当我们锻炼身体时，或者在一天中最热的时候，

['iːv(ə)n] [wɪ'ðaʊt] ['aʊər; ɑːr] ['teɪkɪŋ] ['eksərsaɪz] , [ðə; ði] surface67

even	**without**	**our**	**taking**	**exercise**	**,**	**the**	**surface67**
甚至	没有	我们的	采取	锻炼	,	这	surface67

即使我们不进行锻炼，表面67

[ʌv; əv][ðə; ði][skɪn] [gets] [mɔɪst] , ['lɪt(ə)l][drɑːps][ʌv; əv]['wɔːtər][stænd][ɑːn][ˌaɪ 'tiː] ,

of	**the**	**skin**	**gets**	**moist**	**,**	**little**	**drops**	**of**	**water**	**stand**	**on**	**it**	**,**
的	这	皮肤	获得	潮湿	,	小的	滴	的	水	站立	在	它	,

皮肤变得湿润，表面凝结着细小的水珠。

[ænd; ənd]['iːv(ə)n] [rʌn] [daʊn] ['aʊər; ɑːr]['feɪsɪz][ɔːr] [meɪk] ['aʊər; ɑːr][hændz][wet] .

and	**even**	**run**	**down**	**our**	**faces**	**or**	**make**	**our**	**hands**	**wet**	**.**
和	甚至	跑步	向下	我们的	面孔	或者	制作	我们的	双手	湿的	.

甚至会流到脸上或弄湿双手。

[wiː; wi][kɔːl] [ðɪs] ['mɔɪstʃər] [ˌpɜːrspə'reɪʃn] , [ænd; ənd] [seɪ] [ðæt] [wiː; wi][ɑːr; ər] ['swetɪŋ] [ɔːr] [pər'spaɪr]

We	**call**	**this**	**moisture**	**perspiration**	**,**	**and**	**say**	**that**	**we**	**are**	**sweating**	**or**	**perspiring**
我们	称呼	这	水分	汗	,	和	说	那	我们	是	出汗	或者	出汗

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] [hiːt] .

with	**the**	**heat**	**.**
和	这	热	.

我们称这种水分为汗液，并说我们是因为天气热而出汗或流汗。

[ðə; ði][drɑːps][ʌv; əv]['wɔːtər] [kʌm] [frʌm; frəm]['oʊpənɪŋz][ɪn][ðə; ði][skɪn] , [wɪtʃ] [wiː; wi][kɔːl] ['pɔrz] .

The	**drops**	**of**	**water**	**come**	**from**	**openings**	**in**	**the**	**skin**	**,**	**which**	**we**	**call**	**pores**	**.**
这	滴	的	水	来	从	开口	在	这	皮肤	,	哪个	我们	称呼	毛孔	.

水滴是从皮肤上的开口（我们称之为毛孔）中渗出的。

[ðiːz] [ɑːr; ər]['lɪt(ə)l] [tjʊb] [kə'nektɪŋ] [wɪð; wɪθ] [swet] [glændz] [bɪ'loʊ] [ðə; ði][skɪn] .

These	are	little	tubes	connecting	with	sweat	glands	below	the	skin	.
这些	是	小的	管子	连接	和	汗	腺体	以下	这	皮肤	.

这些是与皮肤下汗腺相连的小管。

[juː; jʊ] [wɪl] [siː] [ɪn][ðə; ði] ['pɪktʃər] [haʊ] [ðiːz] [swet] [glændz] [lʊk] ,

You	will	see	in	the	picture	how	these	sweat	glands	look	,
你	将要	看	在	这	图片	如何	这些	汗	腺体	看	,

从图片中你可以看到这些汗腺的样子，

[ænd; ənd] [haʊ] [ðə; ði] ['pɔrz] [kʌm] [tuː; tə][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] .

and	how	the	pores	come	to	the	surface	.
和	如何	这	毛孔	来	到	这	表面	.

以及毛孔如何到达表面。

[ðə; ði] [ˌpɜːrspə'reɪʃn] [ɪz][nɑːt] [pjʊr] , [kliːn] ['wɔːtər] ; [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] ['meni] [im'pjuəritis] [wɪtʃ] [ðə; ði]

The	perspiration	is	not	pure	,	clean	water	;	it	contains	many	impurities	which	the
这	汗	是	不是	纯的	,	干净的	水	;	它	包含	许多	杂质	哪个	这

[lʌŋz] ,

lungs	,
肺	,

汗液并非纯净的水；它含有许多杂质，这些杂质会损害肺部。

['kidniz] , [ænd; ənd] ['ʌðər] ['ɔrgənz] [hæv; həv][nɑːt][kæst][aʊt][frʌm; frəm][ðə; ði]['bɑːdi] .

kidneys	,	and	other	organs	have	not	cast	out	from	the	body	.
肾脏	,	和	其他	器官	有	不是	投掷	出去	从	这	身体	.

肾脏和其他器官尚未排出体外。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði][wɜːrk][ʌv; əv][ðə; ði][skɪn][tuː; tə][help] ['kæri] [ɔːf] [ðiːz] [im'pjuəritis] ,

It	is	the	work	of	the	skin	to	help	carry	off	these	impurities	,
它	是	这	工作	的	这	皮肤	到	帮助	携带	离开	这些	杂质	,

皮肤的职责就是帮助清除这些杂质。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] [miːnz] [ʌv; əv] [swet] [glændz][ænd; ənd] ['pɔrz] .

and	it	does	this	by	means	of	sweat	glands	and	pores	.
和	它	做	这	经过	方法	的	汗	腺体	和	毛孔	.

它是通过汗腺和毛孔来实现这一功能的。

[ɪf] [ðə; ði] [ˌpɜːrspə'reɪʃn] [draɪz][ɑːn][ðə; ði][skɪn] , [ðə; ði][im'pjuəritis] [rɪ'meɪn] ;

If	the	perspiration	dries	on	the	skin	,	the	impurities	remain	;
如果	这	汗	干燥	在	这	皮肤	,	这	杂质	保持	;

如果汗液在皮肤上干涸，杂质就会残留下来；

[ðeɪ] [stɑːp][ʌp][ðə; ði] ['pɔrz] [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði]['bɑːdi] [ʌn'helθi] .

they	stop	up	the	pores	and	make	the	body	unhealthy	.
他们	停止	向上	这	毛孔	和	制作	这	身体	不良	.

它们会堵塞毛孔，使身体不健康。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə] [prɪ'vent] [ɔːl] [ðɪs] [ðæt] [wiː; wi] [beɪð] ['ɔːf(ə)n] .

It	is	to	prevent	all	this	that	we	bathe	often	.
它	是	到	防止	全部	这	那	我们	洗澡	经常	.

我们经常洗澡就是为了防止这种情况发生。

['beɪðɪŋ] [kiːps] [ðə; ði] ['pɔrz] [ʌv; əv][ðə; ði][skɪn]['oʊpən][ænd; ənd][ðə; ði][skɪn][ɪt'self][ɪn][ə; eɪ] ['helθi]

Bathing	keeps	the	pores	of	the	skin	open	and	the	skin	itself	in	a	healthy
洗澡	保持	这	毛孔	的	这	皮肤	打开	和	这	皮肤	本身	在	一个	健康

[kən'dɪʃ(ə)n] .

condition	.
状况	.

洗澡能保持皮肤毛孔张开，使皮肤保持健康状态。

[wi:; wi][ju:z][soʊp][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ðə; ði][skɪn] [sɪ'kri:ts] [ɔɪl][æz; əz][wel] as68

We	use	soap	because	the	skin	secretes	oil	as	well	as68
我们	使用	肥皂	因为	这	皮肤	分泌物	油	作为	出色地	as68

我们使用肥皂是因为皮肤会分泌油脂。68

[ˌpɜ:rspə'reɪʃn] .

perspiration	.
汗	.

汗。

[ðɪs] [ɔɪl][ɪz][tu:; tə] [ki:p] [ˌaɪ 'ti:][sɔ:ft][ænd; ənd] [smu:ð] ,

This	oil	is	to	keep	it	soft	and	smooth	,
这	油	是	到	保持	它	柔软的	和	光滑的	,

这款油能保持皮肤柔软光滑。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['ni:dfl] [ðæt][ðə; ði] [ɪk'ses] [ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [wɑ:ʃt] [ɔ:f][wɪð; wɪθ][soʊp] ,

but	it	is	needful	that	the	excess	of	it	should	be	washed	off	with	soap	,
但	它	是	需要	那	这	过量的	的	它	应该	是	洗过	离开	和	肥皂	,

但需要用肥皂洗掉多余的部分。

[ɪn]['ɔ:rdər][ðæt][ðə; ði][ɔɪl][glændz][meɪ][nɑ:t] [bɪ'kʌm] [klɔgd] .

in	order	that	the	oil	glands	may	not	become	clogged	.
在	命令	那	这	油	腺体	可能	不是	变得	堵塞	.

以免皮脂腺堵塞。

[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi]['veri]['kerf(ə)l][nɑ:t][tu:; tə] [bɪ'kʌm] [tʃɪld] [wen] [ɪn][ə; eɪ] [ˌpɜ:rspə'reɪʃn] .

We	should	be	very	careful	not	to	become	chilled	when	in	a	perspiration	.
我们	应该	是	非常	小心	不是	到	变得	冷藏	什么时候	在	一个	汗	.

我们出汗时要格外小心，不要着凉。

[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][nɑ:t] [plʌndʒ] ['ɪntu:][koʊld]['wɔ:tər][æt; ət] [ðɪs] [taɪm] .

We	should	not	plunge	into	cold	water	at	this	time	.
我们	应该	不是	暴跌	进入	寒冷的	水	在	这	时间	.

我们现在不应该贸然跳入冷水中。

[nɪ'glekt] [ʌv; əv] [ðɪs] [ru:l] ['ɔ:f(ə)n] ['kɔ:zɪz] ['baʊəl] ['trʌb(ə)l] ,

Neglect	of	this	rule	often	causes	bowel	trouble	,
忽视	的	这	规则	经常	原因	肠	麻烦	,

忽视这条规则往往会导致肠道问题。

[ænd; ənd][ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [kɔ:z] [ʌv; əv][ðə; ði] [kə'tɑ:r] [ænd; ənd][brɑ:ŋ'kaɪtɪs][soʊ] ['kɑ:mən] [ə'mʌŋ] [ðə; ði]

and	is	a	great	cause	of	the	catarrh	and	bronchitis	so	common	among	the
和	是	一个	伟大的	原因	的	这	卡他性炎症	和	支气管炎	所以	常见的	之中	这

[ˌfɪlɪ'pi:noʊ]['pi:p(ə)l] .

Filipino	people	.
菲律宾人	人们	.

这是导致菲律宾人常见卡他性炎症和支气管炎的重要原因。

[tu:; tə] [ki:p] [ˌaɪ 'ti:] ['pɜ:rfɪktli] [kli:n] , [ðə; ði]['bɑ:di][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [wɑ:ʃt] [wɪð; wɪθ][soʊp][wʌns][ə; eɪ][deɪ]

To	keep	it	perfectly	clean	,	the	body	should	be	washed	with	soap	once	a	day
到	保持	它	完美	干净的	,	这	身体	应该	是	洗过	和	肥皂	一次	一个	天

.

:

.

为了保持身体完全清洁，每天应该用肥皂清洗一次。

[dʒʌst] [bɪ'fɔ:r] [nu:n] [ɪz][ðə; ði][best] [taɪm][tu:; tə] [beɪð] , [ɔ:r] [els] [ə'baʊt] [fɔ:r] [ə'klɔk, əu-][ɪn][ðə; ði]

Just	before	noon	is	the	best	time	to	bathe	,	or	else	about	four	o'clock	in	the
只是	前	中午	是	这	最好的	时间	到	洗澡	,	或者	别的	关于	四	点钟	在	这

[ˌæftər'nu:n] .

afternoon	.
下午	.

中午之前是洗澡的最佳时间，或者下午四点左右也可以。

[wʌn] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [beɪð] [raɪt] ['æftər] ['iːtɪŋ] .

One	should	never	bathe	right	after	eating	.
一	应该	绝不	洗澡	正确的	后	吃	.

饭后千万不要马上洗澡。

[ɪf] [wʌn] [teɪks] [ə; eɪ] [spʌndʒ] [bæθ] [wɪð; wɪθ] ['wɔːtər] [ə'loʊn] , [ɪ'miːdiətli] [ɑːn] ['raɪzɪŋ] , [wʌn] [fiːlz]

If	one	takes	a	sponge	bath	with	water	alone	,	immediately	on	rising	,	one	feels
如果	一	需要	一个	海绵	洗澡	和	水	独自的	,	立即地	在	上升	,	一	感觉

['betər] [ɔːl] [deɪ] ,

better	all	day	,
更好的	全部	天	,

如果起床后立即用清水擦澡，一整天都会感觉好很多。

[bʌt; bət] , [ɪn] [ðɪs] ['klaɪmət] , [ðə; ði] [bæθ] [wɪð; wɪθ] [soʊp] [ɪz] ['niːdɪd] [æz; əz] [wel] .

but	,	in	this	climate	,	the	bath	with	soap	is	needed	as	well	.
但	,	在	这	气候	,	这	洗澡	和	肥皂	是	需要	作为	出色地	.

但是，在这种气候下，用肥皂洗澡也是必要的。

['beɪbiːz] [ænd; ənd] ['veri] ['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [beɪðd] [wɪð; wɪθ] [soʊp] [ænd; ənd] ['wɔːtər] [wɪ'ðaʊt]

Babies	and	very	little	children	should	be	bathed	with	soap	and	water	without
婴儿	和	非常	小的	孩子们	应该	是	洗澡	和	肥皂	和	水	没有

['biːɪŋ] [plʌndʒd] ['ɪntuː] [ðə; ði] [bæθ] .

being	plunged	into	the	bath	.
存在	暴跌	进入	这	洗澡	.

婴儿和幼儿应该用肥皂和水洗澡，但不要把他们浸入浴缸里。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] ['delɪkət] , [ænd; ənd] [ʌn'eɪb(ə)l] [tuː; tə] [wɪð'stænd] [ðə; ði] [tʃɪl] [ðæt] [maɪt] [rɪ'zʌlt] .

They	are	delicate	,	and	unable	to	withstand	the	chill	that	might	result	.
他们	是	精美的	,	和	无法	到	经受	这	寒意	那	可能	结果	.

它们很娇嫩，无法承受由此可能产生的寒冷。

[tʃɪlz] [ɑːr; ər] ['veri] ['deɪndʒərəs] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['pɜːrs(ə)n] should69

Chills	are	very	dangerous	,	and	a	person	should69
寒意	是	非常	危险的	,	和	一个	人	should69

发冷非常危险，一个人应该69

[biː; bi] ['kerf(ə)l] [ɪn] [ðə; ði] ['reɪni] ['siːz(ə)n] [nɑːt] [tuː; tə] [get] [drentʃt] .

be	careful	in	the	rainy	season	not	to	get	drenched	.
是	小心	在	这	下雨	季节	不是	到	得到	湿透了	.

雨季要小心，别被雨淋湿了。

[ə; eɪ] ['pɜːrs(ə)n] [huː] [hæz; həz] ['eni] [kaɪnd] [ʌv; əv] [skɪn] ['trʌb(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['veri] ['kerf(ə)l] [nɑːt] [tuː; tə]

A	person	who	has	any	kind	of	skin	trouble	should	be	very	careful	not	to
一个	人	WHO	有	任何	种类	的	皮肤	麻烦	应该	是	非常	小心	不是	到

[gɪv] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] ['eni] [wʌn] [els] .

give	it	to	any	one	else	.
给	它	到	任何	一	别的	.

患有任何皮肤疾病的人都应该非常小心，不要传染给其他人。

[hiː; hi] [oʊz] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [ɔːl] ['ʌðər] [tuː; tə] [teɪk] [peɪnz] [ə'baʊt] [ðɪs] .

He	owes	it	to	all	others	to	take	pains	about	this	.
他	欠款	它	到	全部	其他的	到	拿	疼痛	关于	这	.

他有义务在这件事上尽心尽力，这对其他人来说至关重要。

[ɪf] [hiː; hi] [dʌz] [nɑːt] , [hiː; hi] [ɪz] [nɑːt] [ə; eɪ] [gʊd] ['sɪtɪzn] .

If	he	does	not	,	he	is	not	a	good	citizen	.
如果	他	做	不是	,	他	是	不是	一个	好的	公民	.

如果他不这样做，他就不是一个好公民。

[hiː; hi] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['kerf(ə)l] [nɑːt] [tuː; tə] [juːz] [ðə; ði] ['tauəlz] [ðæt] ['eni] [wʌn] [els] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [juːz] ,

He	should	be	careful	not	to	use	the	towels	that	any	one	else	is	likely	to	use	,
他	应该	是	小心	不是	到	使用	这	毛巾	那	任何	一	别的	是	可能	到	使用	,

他应该注意不要使用其他人可能用过的毛巾。

[ænd; ənd][hɪz; ɪz] [sɔɪld] ['kloʊðɪŋ] , [wen] ['teɪkən][ɔːf] , [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [dɪsɪn'fektɪd] [bɪ'fɔːr] ['biːɪŋ] [sent]

and	his	soiled	clothing	,	when	taken	off	,	should	be	disinfected	before	being	sent
和	他的	脏的	衣服	，什么时候		已采取	离开	，	应该	是	已消毒	前	存在	发送

[tuː; tə][ðə; ði] ['lɔːndri] .

to	the	laundry	.
到	这	洗衣店	.

他脱下的脏衣服应该先进行消毒，然后再送去洗衣房。

[ðə; ði] ['kʌstəm] [ʌv; əv]['goʊɪŋ] ['berfʊt] [ɪz][ə; eɪ] ['deɪndʒərəs][wʌn] .

The	custom	of	going	barefoot	is	a	dangerous	one	.
这	风俗	的	去	赤脚	是	一个	危险的	一	.

赤脚走路的习俗很危险。

[ðə; ði][soʊl][ʌv; əv][ðə; ði] [fʊt] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] ['delɪkət] ['sɜːrfɪs] ;

The	sole	of	the	foot	is	a	very	delicate	surface	;
这	唯一	的	这	脚	是	一个	非常	精美的	表面	;

脚底是一个非常娇嫩的部位；

[ə; eɪ] [greɪt] ['meni] [nəːvs] [ænd; ənd] [blʌd] ['ves(ə)lz] ['sentər] [ɪn][ðə; ði]['ɪnstep] ,

a	great	many	nerves	and	blood	vessels	center	in	the	instep	,
一个	伟大的	许多	神经	和	血	船只	中心	在	这	脚背	,

脚背处集中了大量的神经和血管。

[ænd; ənd] ['eni] ['ɪndʒəri][tuː; tə] [ðiːz] [meɪ] [prə'duːs] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [kɔːld] ['lɑːkdʒɔː] , [wɪtʃ]

and	any	injury	to	these	may	produce	the	disease	called	lockjaw	,	which
和	任何	受伤	到	这些	可能	生产	这	疾病	称为	锁颌	,	哪个

['juːʒuəli; 'juːʒəli] [rɪ'zʌlts] ['feɪtəli] .

usually	results	fatally	.
通常	结果	致命的	.

这些部位的任何损伤都可能导致一种叫做破伤风的疾病，这种疾病通常会导致死亡。

['iːv(ə)n] [ɪf] ['nʌθɪŋ] [soʊ] ['sɪriəs] [æz; əz] [ðɪs] ['hæpənz] ,

Even	if	nothing	so	serious	as	this	happens	,
甚至	如果	没有什么	所以	严肃的	作为	这	发生	,

即使没有发生如此严重的事件，

[ðə; ði] [fʊt] [ɪz]['ɔːf(ə)n]['ɪndʒərd][baɪ] ['bruːzɪŋ] [ɔːr][baɪ] ['ʌðər] [hɜːrts] .

the	foot	is	often	injured	by	bruising	or	by	other	hurts	.
这	脚	是	经常	受伤	经过	瘀伤	或者	经过	其他	疼痛	.

脚部经常因瘀伤或其他伤害而受伤。

[ðə; ði] [fiːt] [ɑːr; ər][sə'septəb(ə)l][tuː; tə] [tʃɪl] , [ɪ'speʃəli] [ɪn][ðə; ði] ['reɪni] ['siːz(ə)n] ,

The	feet	are	susceptible	to	chill	,	especially	in	the	rainy	season	,
这	脚	是	易受影响的	到	寒意	,	尤其	在	这	下雨	季节	,

脚部容易受凉，尤其是在雨季。

[wen] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][kept][draɪ][ænd; ənd][wɔːrm] .

when	they	should	be	kept	dry	and	warm	.
什么时候	他们	应该	是	保留	干燥	和	温暖的	.

应该保持干燥温暖的时候。

[dɪ'ziːz] [ɪz]['ɔːf(ə)n]['teɪkən] [θruː] [ðə; ði] [fiːt] , [ɪ'speʃəli] [sʌtʃ] [dɪ'ziːzɪz] [æz; əz][ðə; ði][bjuː'bɑːnɪk]

Disease	is	often	taken	through	the	feet	,	especially	such	diseases	as	the	bubonic
疾病	是	经常	已采取	通过	这	脚	,	尤其	这样的	疾病	作为	这	鼠疫

[pleɪg] , [ænd; ənd][ðə; ði] different70

plague	,	and	the	different70
瘟疫	,	和	这	different70

疾病常常通过足部传播，尤其是像鼠疫这样的疾病，以及其他一些疾病。70

[kaɪndz][ʌv; əv] [ɪtʃ] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] [noʊn] [ɪn][ðə; ði]['trɑːpɪks] .

kinds	of	itch	which	are	known	in	the	tropics	.
种类	的	痒	哪个	是	已知	在	这	热带	.

热带地区常见的几种瘙痒症。

[ə'saɪd][frʌm; frəm][ɔ:l] [ðiːz] ['riːz(ə)nz] [waɪ] [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [dres] [ðə; ði] [fiːt] ,

Aside	**from**	**all**	**these**	**reasons**	**why**	**we**	**should**	**dress**	**the**	**feet**	**,**
旁边	从	全部	这些	原因	为什么	我们	应该	裙子	这	脚	,

除了以上这些我们应该给脚穿衣服的原因之外，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][æn; ən][ʌn'taɪdi] ['præktɪs] [tuː; tə][goʊ] ['berfʊt] .

it	**is**	**an**	**untidy**	**practice**	**to**	**go**	**barefoot**	**.**
它	是	一个	凌乱	实践	到	去	赤脚	.

赤脚走路是不雅的行为。

[ðə; ði] [loʊ] [ʃuːz] [wɪ'ðaʊt] ['fɑːsnɪŋz] , ['ɪntuː] [wɪtʃ] [soʊ] ['meni] [ˌfɪlə'piːnoʊz] [θrʌst] [ðer; ðər] [fiːt] ,

The	**low**	**shoes**	**without**	**fastenings**	**,**	**into**	**which**	**so**	**many**	**Filipinos**	**thrust**	**their**	**feet**	**,**
这	低的	鞋	没有	紧固件	,	进入	哪个	所以	许多	菲律宾人	推力	他们的	脚	,

很多菲律宾人都喜欢穿那种没有搭扣的低帮鞋，

[gɪv] ['piːp(ə)l] [huː] [wer] [ðem; ðəm][æn; ən] ['ɔːkwərd] , ['ʃʌflɪŋ] [wɔːk] .

give	**people**	**who**	**wear**	**them**	**an**	**awkward**	**,**	**shuffling**	**walk**	**.**
给	人们	WHO	穿	他们	一个	尴尬的	,	洗牌	走	.

让穿戴它们的人走起路来显得笨拙、拖沓。

[ə; eɪ] [ʃuː] [wɪtʃ] [fɪts][ðə; ði] [fʊt] [wel] [ænd; ənd][ɪz] ['fɑːsənd] [ə'pɑːn][ˌaɪ 'tiː][soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɑːt]

A	**shoe**	**which**	**fits**	**the**	**foot**	**well**	**and**	**is**	**fastened**	**upon**	**it**	**so**	**that**	**it**	**does**	**not**
一个	鞋	哪个	适合	这	脚	出色地	和	是	系紧	之上	它	所以	那	它	做	不是

[flæp][æt; ət][ðə; ði] [hiːl] [ɪz][ðə; ði]['oʊnli][wʌn] [ðæt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][wɔːrn] [aʊt] - [ʌv; əv] - [dɔːz] ,

flap	**at**	**the**	**heel**	**is**	**the**	**only**	**one**	**that**	**should**	**be**	**worn**	**out**	**-**	**of**	**-**	**doors**	**,**
瓣膜	在	这	脚跟	是	这	仅有的	一	那	应该	是	磨损	出去	-	的	-	门	,

只有合脚且鞋跟不会晃动的鞋子才适合户外穿着。

[ænd; ənd][noʊ] [ʃuːz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][wɔːrn] [wɪ'ðaʊt] ['stɑːkɪŋz] .

and	**no**	**shoes**	**should**	**be**	**worn**	**without**	**stockings**	**.**
和	不	鞋	应该	是	磨损	没有	长筒袜	.

穿鞋时必须穿长袜。

['evri] [bɔɪ] [ɔːr][gɜːrl] [huː] ['wɒnts][tuː; tə][biː; bi] [wel] [mʌst; məst] [teɪk] ['eksərsaɪz] .

Every	**boy**	**or**	**girl**	**who**	**wants**	**to**	**be**	**well**	**must**	**take**	**exercise**	**.**
每一个	男生	或者	女孩	WHO	想要	到	是	出色地	必须	拿	锻炼	.

每个想要保持健康的男孩或女孩都必须锻炼身体。

[ɪf] [wiː; wi][duː][nɑːt][juːz]['aʊər; ɑːr] ['mʌslz] , [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [wiːk] [ænd; ənd] [smɔːl] .

If	**we**	**do**	**not**	**use**	**our**	**muscles**	**,**	**they**	**become**	**weak**	**and**	**small**	**.**
如果	我们	做	不是	使用	我们的	肌肉	,	他们	变得	虚弱的	和	小的	.

如果我们不使用肌肉，肌肉就会变得虚弱萎缩。

[ðə; ði] [breɪn] ['sʌfəz] [æz; əz] [wel] .

The	**brain**	**suffers**	**as**	**well**	**.**
这	脑	遭受	作为	出色地	.

大脑也会受到影响。

[wen] [wiː; wi]['eksərsaɪz][wiː; wi][nɑːt]['oʊnli]['streŋ(k)θ(ə)n]['aʊər; ɑːr] ['mʌslz] , [bʌt; bət][wiː; wi][set][ðə; ði]

When	**we**	**exercise**	**we**	**not**	**only**	**strengthen**	**our**	**muscles**	**,**	**but**	**we**	**set**	**the**
什么时候	我们	锻炼	我们	不是	仅有的	加强	我们的	肌肉	,	但	我们	放	这

[blʌd] [ɪn] ['kwɪkər] [ˌsɜːrkjə'leɪʃ(ə)n] .

blood	**in**	**quicker**	**circulation**	**.**
血	在	更快	循环	.

锻炼不仅能增强肌肉力量，还能促进血液循环。

[ðə; ði] [hɑːrt] [mʌst; məst][wɜːrk]['fæstər] ; [ðə; ði] [lʌŋz] [mʌst; məst][ɪk'spænd] [mɔːr] ;

The	**heart**	**must**	**work**	**faster**	**;**	**the**	**lungs**	**must**	**expand**	**more**	**;**
这	心	必须	工作	快点	;	这	肺	必须	扩张	更多的	;

心脏必须加快跳动；肺部必须扩张得更大；

[ðə; ði] [fuːd] [daiˈdʒests] [ˈbetər] [ænd; ənd][ðə; ði][breɪn][ɪz] [ˈklɪrər] .

the	food	digests	better	and	the	brain	is	clearer	.
这	食物	摘要	更好的	和	这	脑	是	更清晰	.

食物更容易消化，大脑也更清醒。

[ðə; ði][best][sɔːrt][ʌv; əv]['eksərsaɪz][ɪz]['juːsf(ə)l][wɜːrk][aʊt] - [ʌv; əv] - [dɔːz] [ɔːr][ə'baʊt][ðə; ði] [haʊs] ,

The	best	sort	of	exercise	is	useful	work	out	-	of	-	doors	or	about	the	house	,
这	最好的	种类	的	锻炼	是	有用	工作	出去	-	的	-	门	或者	关于	这	房子	,

最好的锻炼方式是在户外或家中进行有益的体力劳动。

[bʌt; bət] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝːlz] [niːd] [tuː; tə] [pleɪ] [æz; əz] [wel] [æz; əz][wɜːrk] .

but	boys	and	girls	need	to	play	as	well	as	work	.
但	男孩们	和	女孩们	需要	到	玩	作为	出色地	作为	工作	.

但是男孩女孩既需要玩耍也需要学习。

[ɔːl] [geɪmz] [ðæt] [teɪk] [ðem; ðəm][aʊt] - [ʌv; əv] - [dɔːz] and71

All	games	that	take	them	out	-	of	-	doors	and71
全部	游戏	那	拿	他们	出去	-	的	-	门	and71

所有让他们到户外进行的游戏和71

[meɪk] [ðem; ðəm] [muːv] [əˈbaʊt] ['æktɪvli] [ɑːr; ər] [gʊd] [fɔːr; fər][ðem; ðəm] .

make	them	move	about	actively	are	good	for	them	.
制作	他们	移动	关于	积极	是	好的	为了	他们	.

让他们积极活动对他们有好处。

['meni] [ˌfɪlɪ'piːnoʊ] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝːlz][duː][wʌn] [θɪŋ] [ðæt] [ɪz] ['veri] ['hɜːrtfl] ; [ðæt] [ɪz] , [ðeɪ] [smoʊk] .

Many	Filipino	boys	and	girls	do	one	thing	that	is	very	hurtful	;	that	is	,	they	smoke	.
许多	菲律宾人	男孩们	和	女孩们	做	一	事物	那	是	非常	伤人的	;	那	是	,	他们	抽烟	.

许多菲律宾男孩女孩做了一件非常伤人的事，那就是吸烟。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv][təˈbækoʊ] ['indʒəz] ['groʊɪŋ] [jʌŋ] ['piːp(ə)l] .

The	use	of	tobacco	injures	growing	young	people	.
这	使用	的	烟草	受伤	生长	年轻的	人们	.

吸烟会损害正在发育的青少年。

[ˌaɪ 'tiː] [stʌnts] [ðə; ði] [groʊθ] , [soʊ] [ðæt] ['iːv(ə)n] [wen] [groʊn] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [smɔːl] [ænd; ənd] [wiːk] .

It	stunts	the	growth	,	so	that	even	when	grown	they	are	small	and	weak	.
它	特技	这	生长	,	所以	那	甚至	什么时候	生长	他们	是	小的	和	虚弱的	.

它会抑制生长，所以即使长大后，它们也很矮小虚弱。

[bɔɪz] [huː] [smoʊk] [duː][nɑːt] [groʊ] [soʊ][fæst][ɔːr][soʊ][lɑːrdʒ][æz; əz] [ðoʊz] [huː] [duː][nɑːt] .

Boys	who	smoke	do	not	grow	so	fast	or	so	large	as	those	who	do	not	.
男孩们	WHO	抽烟	做	不是	生长	所以	快速地	或者	所以	大的	作为	那些	WHO	做	不是	.

吸烟的男孩长得不如不吸烟的男孩快，个子也长得矮。

['smoʊkɪŋ] ['indʒəz] [ðə; ði] ['meməri] [ænd; ənd] [meɪks] ['piːp(ə)l] ['hevi] [ænd; ənd]['stuːpɪd] ;

Smoking	injures	the	memory	and	makes	people	heavy	and	stupid	;
吸烟	受伤	这	记忆	和	制作	人们	重的	和	愚蠢的	;

吸烟会损害记忆力，使人变得肥胖迟钝；

[ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðem; ðəm] [les] [ɪn'klaɪnd][tuː; tə] [teɪk] ['eksərsaɪz] , [ænd; ənd][soʊ][ðə; ði] ['mʌslz] [bɪ'kʌm] [wiːk] ;

it	makes	them	less	inclined	to	take	exercise	,	and	so	the	muscles	become	weak	;
它	制作	他们	较少的	倾斜	到	拿	锻炼	,	和	所以	这	肌肉	变得	虚弱的	;

这会降低他们锻炼的意愿，从而导致肌肉力量减弱；

[ˌaɪ 'tiː][hɜːrts][ðə; ði][daɪ'dʒestʃən][ænd; ənd] [meɪks] [ðə; ði] ['stʌmək] [wiːk] .

it	hurts	the	digestion	and	makes	the	stomach	weak	.
它	疼痛	这	消化	和	制作	这	胃	虚弱的	.

它会损害消化系统，使胃部虚弱。

[bɪ'saɪdz] [ðiːz] [θɪŋz] , [ˌaɪ 'tiː][in'djuːsiz][ðə; ði]['kɑːnstənt] ['spɪtɪŋ] [soʊ] ['kɑːmən] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ;

Besides	**these**	**things**	**,**	**it**	**induces**	**the**	**constant**	**spitting**	**so**	**common**	**in**	**this**	**country**	**;**
除了	这些	事物	,	它	诱导	这	持续的	吐痰	所以	常见的	在	这	国家	;

除了这些之外，它还会导致这个国家常见的随地吐痰现象；

[ænd; ənd][wiː; wi][hæv; həv] [siːn] [haʊ] ['hɜːrtfl] [ðɪs] [weɪst] [ʌv; əv][ðə; ði][sə'laɪvə][ɪz] .

and	**we**	**have**	**seen**	**how**	**hurtful**	**this**	**waste**	**of**	**the**	**saliva**	**is**	**.**
和	我们	有	已见	如何	伤人的	这	浪费	的	这	唾液	是	.

我们已经看到这种唾液浪费对人体有多么有害。

['tʃuːɪŋ] ['biːtl] [nʌt] [ɪz]['iːv(ə)n] [wɜːrs] [ðæn; ðən] ['smoʊkɪŋ] .

Chewing	**betel**	**nut**	**is**	**even**	**worse**	**than**	**smoking**	**.**
咀嚼	槟榔	坚果	是	甚至	更糟	比	吸烟	.

嚼槟榔比吸烟危害更大。

[ɪf] [ɔːl][ʌv; əv][ðə; ði] ['biːtl] [dʒuːs][ɪz][nɑːt][spɪt] [aʊt] , [sʌm; səm][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] ['swɑːloʊd] ,

If	**all**	**of**	**the**	**betel**	**juice**	**is**	**not**	**spit**	**out**	**,**	**some**	**of**	**it**	**will**	**be**	**swallowed**	**,**
如果	全部	的	这	槟榔	汁	是	不是	吐	出去	,	一些	的	它	将要	是	吞咽	,

如果槟榔汁没有全部吐出来，就会有一部分被吞咽下去。

[ænd; ənd] [ðɪs] [ɪz] ['veri] [bæd] [ɪn'diːd] , [æz; əz][ðə; ði] ['biːtl] [ækts][laɪk][ə; eɪ] ['pɔɪzn] [ɑːn][ðə; ði] ['sɪstəm] .

and	**this**	**is**	**very**	**bad**	**indeed**	**,**	**as**	**the**	**betel**	**acts**	**like**	**a**	**poison**	**on**	**the**	**system**	**.**
和	这	是	非常	坏的	的确	,	作为	这	槟榔	行为	喜欢	一个	毒	在	这	系统	.

这确实非常糟糕，因为槟榔对身体就像毒药一样。

[soʊ][ðə; ði] ['biːtl] ['tʃuːə] [mʌst; məst] [weɪst] [ɔːl][ðə; ði][sə'laɪvə] [ðæt] [kʌmz] ['ɪntuː][hɪz; ɪz] [maʊθ] [waɪl]

So	**the**	**betel**	**chewer**	**must**	**waste**	**all**	**the**	**saliva**	**that**	**comes**	**into**	**his**	**mouth**	**while**
所以	这	槟榔	咀嚼者	必须	浪费	全部	这	唾液	那	来	进入	他的	嘴	尽管

[hiː; hi][ɪz] ['tʃuːɪŋ] [ðə; ði][nʌt] .

he	**is**	**chewing**	**the**	**nut**	**.**
他	是	咀嚼	这	坚果	.

因此，嚼槟榔的人在咀嚼槟榔时，必须浪费所有进入口腔的唾液。

More72

More72

More72

More72

[ðæn; ðən] [ðɪs] , [hiː; hi] [steɪnz] [ðə; ði] ['saɪdwɔːk] [ænd; ənd] [flɔːrz] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['fɪlθi] [stʌf] ,

than	**this**	**,**	**he**	**stains**	**the**	**sidewalks**	**and**	**floors**	**with**	**the**	**filthy**	**stuff**	**,**
比	这	,	他	污渍	这	人行道	和	楼层	和	这	污秽	东西	,

不仅如此，他还把污秽物弄脏了人行道和地板。

[ænd; ənd] [meɪks] [hɪm'self] ['ʌgli] [tuː; tə] [lʊk] [æt; ət] , [æz; əz] [wel] [æz; əz] [ə'fensɪv] [tuː; tə] ['klenlinəs] .

and	**makes**	**himself**	**ugly**	**to**	**look**	**at**	**,**	**as**	**well**	**as**	**offensive**	**to**	**cleanliness**	**.**
和	制作	他自己	丑陋的	到	看	在	,	作为	出色地	作为	进攻	到	清洁	.

而且他让自己看起来既丑陋又不卫生。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [hoʊpt] [ðæt] [ðə; ði] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝːlz] [huː] ['stʌdi] [ðɪs] [bʊk] [wɪl] ['nevər] [teɪk]

It	**is**	**to**	**be**	**hoped**	**that**	**the**	**boys**	**and**	**girls**	**who**	**study**	**this**	**book**	**will**	**never**	**take**
它	是	到	是	希望	那	这	男孩们	和	女孩们	WHO	学习	这	书	将要	绝不	拿

[ʌp] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [dɪs'gʌstɪŋ] ['hæbɪt] .

up	**such**	**a**	**disgusting**	**habit**	**.**
向上	这样的	一个	令人作呕	习惯	.

希望研读此书的男孩女孩们永远不会养成这种令人作呕的习惯。

[stɪl] [ə'nʌðər] [θɪŋ] [wɪtʃ] [ɪz] ['veri] [bæd][fɔːr; fər][ðə; ði] [helθ] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɪz][ðə; ði][juːz][ʌv; əv]

Still	**another**	**thing**	**which**	**is**	**very**	**bad**	**for**	**the**	**health**	**in**	**this**	**country**	**is**	**the**	**use**	**of**
仍然	其他	事物	哪个	是	非常	坏的	为了	这	健康	在	这	国家	是	这	使用	的

['ælkəhɔːl] .

alcohol	**.**
酒精	.

在这个国家，饮酒也是对健康非常有害的一件事。

['ælkəhɔ:l][ɪz][bæd][fɔ:r; fər][ðə; ði] ['sɪstəm] ; [ˌaɪ 'ti:] ['iriteits] [ðə; ði] ['delɪkət] ['laɪnɪŋ][ʌv; əv][ðə; ði] [fu:d]

Alcohol	is	bad	for	the	system	;	it	irritates	the	delicate	lining	of	the	food
酒精	是	坏的	为了	这	系统	;	它	刺激	这	精美的	衬垫	的	这	食物

[kə'næl] ,

canal	,
运河	,

酒精对身体有害；它会刺激食道的娇嫩内壁。

[ænd; ənd][hɜ:rts][ðə; ði]['lɪvər][ænd; ənd][ðə; ði] ['kidniz] .

and	hurts	the	liver	and	the	kidneys	.
和	疼痛	这	肝	和	这	肾脏	.

而且会损害肝脏和肾脏。

[wi:; wi][hæv; həv] [sed] [ðæt] ['tu:bə] , [ðə; ði][dʒu:s][frʌm; frəm][ðə; ði]['kəukə,nʌt] [tri:] ,

We	have	said	that	tuba	,	the	juice	from	the	cocoanut	tree	,
我们	有	说	那	大号	,	这	汁	从	这	椰子	树	,

我们说过，椰子树的汁液，

[ɪz] [gʊd] [ænd; ənd] [rɪ'freʃɪŋ] [tu:; tə][drɪŋk] [wen] [dʒʌst] [drɔ:n] [frʌm; frəm][ðə; ði] [tri:] ;

is	good	and	refreshing	to	drink	when	just	drawn	from	the	tree	;
是	好的	和	令人耳目一新	到	喝	什么时候	只是	绘制	从	这	树	;

刚从树上摘下来的汁液口感清爽可口；

[bʌt; bət][ɪn][ə; eɪ] [fju:] ['aʊərz]['æftər][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [drɔ:n] ['tʃeɪndʒɪz] [bɪ'gɪn] [tu:; tə] [teɪk] [pleɪs] [ɪn][ˌaɪ 'ti:] .

but	in	a	few	hours	after	it	is	drawn	changes	begin	to	take	place	in	it	.
但	在	一个	很少	小时	后	它	是	绘制	变化	开始	到	拿	地方	在	它	.

但画出后几个小时，画中的内容就开始发生变化。

[ðə; ði] ['gretɪst] [ʌv; əv] [ði:z] ['tʃeɪndʒɪz][wi:; wi][kɔ:l] [ˌfɜ:rmen'teɪʃn] ; [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [kɔ:zd] [baɪ]['taɪni]

The	greatest	of	these	changes	we	call	fermentation	;	it	is	caused	by	tiny
这	最	的	这些	变化	我们	称呼	发酵	;	它	是	导致	经过	微小的

['vedʒtəb(ə)l] [groʊθ] , [kɔ:ld] [fə'ments] .

vegetable	growths	,	called	ferments	.
蔬菜	增长	,	称为	发酵	.

这些变化中最显著的一种我们称之为发酵；它是由被称为发酵物的微小植物生长引起的。

[ði:z] [ɑ:r; ər] [tu:] [smɔ:l] [tu:; tə][bi:; bi] [si:n] [ən'les] ['mægnɪfaɪd] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [floʊt] [ə'baʊt][ɪn][ðə; ði]

These	are	too	small	to	be	seen	unless	magnified	,	but	they	float	about	in	the
这些	是	也	小的	到	是	已见	除非	放大	,	但	他们	漂浮	关于	在	这

[er] .

air	.
空气	.

这些物体太小，不借助放大镜根本看不见，但它们却漂浮在空中。

[ðeɪ] [get]['ɪntu:][ðə; ði]['tu:bə] , [ænd; ənd] , [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ðer; ðər][ɪz] ['sʌmθɪŋ] [ðer; ðər] [wɪtʃ] [ðeɪ]

They	get	into	the	tuba	,	and	,	because	there	is	something	there	which	they
他们	得到	进入	这	大号	,	和	,	因为	那里	是	某物	那里	哪个	他们

[laɪk][ænd; ənd] [θraɪv] [ə'pɑ:n] ,

like	and	thrive	upon	,
喜欢	和	蓬勃发展	之上	,

它们钻进大号里，因为那里有它们喜欢并能从中汲取养分的东西，

[ðeɪ] [groʊ] [ænd; ənd] [ɪn'kri:s] [ɪn] ['nʌmbərz] ['veri] [fæst] .

they	grow	and	increase	in	numbers	very	fast	.
他们	生长	和	增加	在	数字	非常	快速地	.

它们生长繁殖速度非常快。

[ðeɪ] ['seprət] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ʌv; əv][ðə; ði]['tu:bə]['ɪntu:] the73

They	separate	the	sugar	of	the	tuba	into	the73
他们	分离	这	糖	的	这	大号	进入	the73

他们将大号中的糖分分离成73

[pɑːrts] [ðæt] [meɪk] [ʌp] ['ʃʊgər] , [ænd; ənd] [teɪk] [frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː][ðə; ðɪ][pɑːrt] [wɪtʃ] [ðeɪ] [laɪk] .

parts	**that**	**make**	**up**	**sugar**	**,**	**and**	**take**	**from**	**it**	**the**	**part**	**which**	**they**	**like**	**.**
部分	那	制作	向上	糖	,	和	拿	从	它	这	部分	哪个	他们	喜欢	.

糖是由多种成分组成的，从中取出他们喜欢的部分。

[wʌt] [ɪz] [left] [fɔːrmz] [tuː] ['ʌðər] [θɪŋz] .

What	**is**	**left**	**forms**	**two**	**other**	**things**	**.**
什么	是	左边	表格	二	其他	事物	.

剩下的部分又形成了另外两样东西。

[wʌn] [ɪz] [ə; eɪ] ['pɔɪzənəs] [gæs] , [kɔːld] [kɑːr'bɑːnɪk]['æsɪd][gæs] .

One	**is**	**a**	**poisonous**	**gas**	**,**	**called**	**carbonic**	**acid**	**gas**	**.**
一	是	一个	有毒	气体	,	称为	碳酸	酸	气体	.

其中一种是有毒气体，称为碳酸气体。

[æt; ət][wʌn][steɪdʒ][ɪn][ðə; ðɪ] [fər'mentɪŋ] ['prɑːses] ,

At	**one**	**stage**	**in**	**the**	**fermenting**	**process**	**,**
在	一	阶段	在	这	发酵	过程	,

在发酵过程的某个阶段，

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ʌv; əv] [ðɪs] [kɑːr'bɑːnɪk]['æsɪd][gæs][ɪn][ðə; ðɪ]['tuːbə] ,

there	**is**	**a**	**great**	**deal**	**of**	**this**	**carbonic**	**acid**	**gas**	**in**	**the**	**tuba**	**,**
那里	是	一个	伟大的	交易	的	这	碳酸	酸	气体	在	这	大号	,

大号内含有大量的碳酸气体。

[ænd; ənd] [ðæt] [ɪz] [wʌt] ['gɪvz] [ˌaɪ 'tiː][ɪts] ['dredf(ə)l] [teɪst] [wen] [ˌaɪ 'tiː][fɜːrst] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə][wɜːrk][ɔːr] [fər'ment] .

and	**that**	**is**	**what**	**gives**	**it**	**its**	**dreadful**	**taste**	**when**	**it**	**first**	**begins**	**to**	**work**	**or**	**ferment**	**.**
和	那	是	什么	给予	它	它是	可怕	品尝	什么时候	它	第一的	开始	到	工作	或者	发酵	.

这就是为什么它在刚开始发酵时会散发出可怕的味道。

[ðə; ðɪ] ['ʌðər] [θɪŋ] [faʊnd] [ɪn][ðə; ðɪ]['tuːbə][ɪz]['ælkəhɔːl] .

The	**other**	**thing**	**found**	**in**	**the**	**tuba**	**is**	**alcohol**	**.**
这	其他	事物	成立	在	这	大号	是	酒精	.

大号里还有另一种物质，那就是酒精。

[ɪf] [ðɪs] [wɜːr; wər][nɑːt] [dɪ'stɪld] ,

If	**this**	**were**	**not**	**distilled**	**,**
如果	这	是	不是	蒸馏	,

如果不是提纯的话，

[ðə; ðɪ]['tuːbə] [wʊd] ['sɪmpli] [goʊ][ɑːn] ['wɜːrkɪŋ] [ʌn'tɪl] [ɔːl][ðə; ðɪ] ['ʃʊgər] [wʌz; wəz] [gɔːn] ;

the	**tuba**	**would**	**simply**	**go**	**on**	**working**	**until**	**all**	**the**	**sugar**	**was**	**gone**	**;**
这	大号	会	简单地	去	在	在职的	直到	全部	这	糖	曾是	已消失	;

大号会一直吹奏下去，直到所有的糖都消失为止；

[ðen] [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi][æz; əz]['saʊər][æz; əz] ['vɪnɪgər] [ænd; ənd] [ˌdɪsə'griːəb(ə)l] [tuː; tə] [drɪŋk] .

then	**it**	**would**	**be**	**as**	**sour**	**as**	**vinegar**	**and**	**disagreeable**	**to**	**drink**	**.**
然后	它	会	是	作为	酸的	作为	醋	和	令人不快的	到	喝	.

那样的话，它就会像醋一样酸，难以下咽。

[bʌt; bət] [dis'tiləz] [hiːt] [ˌaɪ 'tiː] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [bɔɪlz] ;

But	**distillers**	**heat**	**it**	**until**	**it**	**boils**	**;**
但	酿酒厂	热	它	直到	它	沸腾	;

但酿酒师会将其加热至沸腾；

[ðə; ði]['ælkəhɔ:l]['raɪzɪz][ænd; ənd]['pa:siz][ɔ:f]['ɪntu:][ə; eɪ]['ves(ə)l] [ɪ'speʃəli] [prɪ'perd] [tu:; tə] [rɪ'si:v]

the	alcohol	rises	and	passes	off	into	a	vessel	especially	prepared	to	receive
这	酒精	上升	和	通过	离开	进入	一个	血管	尤其	准备	到	收到

[ˌaɪ 'ti:] ,

it	,
它	,

酒精上升并流入一个专门用来接收它的容器中。

[ænd; ənd] [bɪ'kʌmz] [ðə; ði][drɪŋk] [kɔ:ld] ['binəu] .

and	becomes	the	drink	called	bino	.
和	变成	这	喝	称为	双筒望远镜	.

并变成了名为比诺的饮料。

[ðɪs] [drɪŋk][ɪz] ['ri:əli] [æn; ən] ['æktɪv] ['pɔɪzn] [tu:; tə][moʊst]['pi:p(ə)l] .

This	drink	is	really	an	active	poison	to	most	people	.
这	喝	是	真的	一个	积极的	毒	到	最多	人们	.

这种饮料对大多数人来说简直就是剧毒。

[ɪf] [ə; eɪ][mæn] [drɪŋks] [mʌtʃ] [ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:][hi:; hi] [bɪ'kʌmz] ['kreɪzi] , [hɪz; ɪz] ['ækʃnz] [ɑ:r; ər]['deɪndʒərəs]

If	a	man	drinks	much	of	it	he	becomes	crazy	,	his	actions	are	dangerous
如果	一个	男人	饮料	很多	的	它	他	变成	疯狂的	,	他的	行动	是	危险的

[tu:; tə][sə'saɪəti] ,

to	society	,
到	社会	,

如果一个人大量饮用这种酒，他就会变得精神错乱，他的行为会对社会造成危害。

[ænd; ənd][æt; ət][læst][hi:; hi][hæz; həz][tu:; tə][bi:; bi][kept][ɪn] [kən'faɪnmənt] .

and	at	last	he	has	to	be	kept	in	confinement	.
和	在	最后的	他	有	到	是	保留	在	监禁	.

最终他不得不被监禁。

['ɔ:f(ə)n][hi:; hi] [dʌz] ['terəb(ə)l] ['mɪstʃɪf] ['ʌndər][ðə; ði] ['ɪnfluəns] [ʌv; əv] ['binəu] .

Often	he	does	terrible	mischief	under	the	influence	of	bino	.
经常	他	做	糟糕的	恶作剧	在下面	这	影响	的	双筒望远镜	.

他经常在比诺的影响下做可怕的恶作剧。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['veri] ['fɔ:rtʃənət] [fɔ:r; fər] [ðɪs] ['kʌntri] [ðæt] [ˌfɪlə'pi:noʊz] [noʊ] [haʊ] ['deɪndʒərəs] [ˌaɪ 'ti:][ɪz][tu:; tə]

It	is	very	fortunate	for	this	country	that	Filipinos	know	how	dangerous	it	is	to
它	是	非常	幸运	为了	这	国家	那	菲律宾人	知道	如何	危险的	它	是	到

drink74

drink74
drink74

菲律宾人知道饮酒的危险性，这对这个国家来说非常幸运。74

[ðɪs] [stʌf] .

this	stuff	.
这	东西	.

这些东西。

[stɪl] , [ðer; ðər][ɑ:r; ər][sʌm; səm] [wi:k] [ænd; ənd] ['fu:lɪʃ] ['pi:p(ə)l] [hu:] [θɪŋk] [ðæt] [ðeɪ] [kæn; kən][stænd]

Still	,	there	are	some	weak	and	foolish	people	who	think	that	they	can	stand
仍然	,	那里	是	一些	虚弱的	和	愚蠢	人们	WHO	思考	那	他们	能	站立

[ˌaɪ 'ti:] ,

it	,
它	,

然而，还是有一些软弱愚蠢的人认为自己可以忍受。

[ænd; ənd] [hu:] [drɪŋk] [ˌaɪ 'ti:][ʌn'tɪl] [ðeɪ] [fɔ:rm][ə; eɪ]['hæbɪt] [wɪtʃ] [hoʊldz][ðem; ðəm][ɪn]['bɑ:ndɪdʒ] .

and	who	drink	it	until	they	form	a	habit	which	holds	them	in	bondage	.
和	WHO	喝	它	直到	他们	形式	一个	习惯	哪个	持有	他们	在	束缚	.

有些人喝了之后就养成了酗酒的习惯，从而陷入了酗酒的恶习之中。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

[nʌn] [ʌv; əv][ðə; ði]['ælkəhɔ:l] [meɪd] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɪz] [rɪ'faɪnd] ;
None **of** **the** **alcohol** **made** **in** **this** **country** **is** **refined** **;**
没有任何 的 这 酒精 制成 在 这 国家 是 精制 ;

这个国家生产的酒都没有经过精炼；

['ðerfɔ:r] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [fʊl] [ʌv; əv][im'pjuəritis][ænd; ənd] ['veri] ['pɔɪzənəs] .
therefore **it** **is** **full** **of** **impurities** **and** **very** **poisonous** **.**
所以 它 是 满的 的 杂质 和 非常 有毒 .

因此它含有大量杂质，剧毒无比。

[ðoʊz] [hu:] [noʊ] [ðə; ði]['klaɪmət] [ə'gri:] [ðæt] [ðə; ði] [les] ['ælkəhɔ:l][ʌv; əv] ['eni] [sɔ:rt][wʌn]['ju:zɪz] [hɪr] ,
Those **who** **know** **the** **climate** **agree** **that** **the** **less** **alcohol** **of** **any** **sort** **one** **uses** **here** **,**
那些 WHO 知道 这 气候 同意 那 这 较少的 酒精 的 任何 种类 一 用途 这里 ,

了解当地气候的人都认为，在这里饮用任何种类的酒精饮料都应该尽量减少。

[ðə; ði] ['betər] .
the **better** **.**
这 更好的 .

越好。

[ðoʊz] ['soʊldʒərz][ænd; ənd] ['ʌðər] [hu:] [let][ˌaɪ 'ti:][kwaɪt][ə'loʊn][ɑ:r; ər][ðə; ði][wʌnz] [hu:] [best]
Those **soldiers** **and** **others** **who** **let** **it** **quite** **alone** **are** **the** **ones** **who** **best**
那些 士兵 和 其他的 WHO 让 它 相当 独自的 是 这 一个 WHO 最好的
[wɪð'stænd] [ðə; ði][bæd] [ɪ'fekts] [ʌv; əv][ðə; ði]['trɑ:pɪks][ænd; ənd] [ki:p] [wel] [ænd; ənd] [strɔ:ŋ] .
withstand **the** **bad** **effects** **of** **the** **tropics** **and** **keep** **well** **and** **strong** **.**
经受 这 坏的 效果 的 这 热带 和 保持 出色地 和 强的 .

那些不去理会热带气候的士兵和其他人，反而最能抵御热带气候的恶劣影响，保持健康强壮。

['ælkəhɔ:l] ['wi:kənz] [ðə; ði][breɪn] ['su:nər] [ðæn; ðən][ˌaɪ 'ti:] [dʌz] ['eni] ['ʌðər] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] .
Alcohol **weakens** **the** **brain** **sooner** **than** **it** **does** **any** **other** **part** **of** **the** **body** **.**
酒精 减弱 这 脑 很快 比 它 做 任何 其他 部分 的 这 身体 .

酒精对大脑的损害速度比对身体其他任何部位的损害速度都快。

[ə; eɪ]['pɜ:rs(ə)n]['kænɑ:t] [θɪŋk] ['klɪrli] [wen] [hi:; hi][hæz; həz][hæd; həd] [tu:] [mʌtʃ] ; [hi:; hi]['kænɑ:t] [wɔ:k]
A **person** **cannot** **think** **clearly** **when** **he** **has** **had** **too** **much** **;** **he** **cannot** **walk**
一个 人 不能 思考 清楚地 什么时候 他 有 有 也 很多 ; 他 不能 走
[streɪt] ,
straight **,**
直的 ,

人喝多了会思维混乱，走路也不稳。

[ænd; ənd]['ɔ:f(ə)n][ə; eɪ][mæn] [dʌz] [θɪŋz] ['ʌndər][ɪts] ['ɪnfluəns] [wɪtʃ] [hi:; hi]['nevər] [wʊd] [du:] [ɪf]
and **often** **a** **man** **does** **things** **under** **its** **influence** **which** **he** **never** **would** **do** **if**
和 经常 一个 男人 做 事物 在下面 它是 影响 哪个 他 绝不 会 做 如果
[hi:; hi][hæd; həd][nɑ:t] [bɪn] ['drɪŋkɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] .
he **had** **not** **been** **drinking** **it** **.**
他 有 不是 到过 喝 它 .

很多人在饮酒后会做出一些如果没喝酒的话绝对不会做的事情。

[ðer; ðər][ɑ:r; ər][faɪv] ['dɪfrənt] [weɪz] [ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ]['pɜ:rs(ə)n][kæn; kən] [tel] ['sʌmθɪŋ] [ʌv; əv] [wʌt] [ɪz]
There **are** **five** **different** **ways** **in** **which** **a** **person** **can** **tell** **something** **of** **what** **is**
那里 是 五 不同的 方式 在 哪个 一个 人 能 告诉 某物 的 什么 是
['goʊɪŋ][ɑ:n][ə'raʊnd][hɪm; ɪm] .
going **on** **around** **him** **.**
去 在 大约 他 .

一个人可以通过五种不同的方式了解周围发生的事情。

[hiː; hi][kæn; kən] [siː] , [hiː; hi][kæn; kən] [hɪr] , [smel] , [ɔːr] [tʌtʃ] [sʌm; səm] [θɪŋz] , [ænd; ənd][sʌm; səm]

He	can	see	,	he	can	hear	,	smell	,	or	touch	some	things	,	and	some
他	能	看	,	他	能	听到	,	闻	,	或者	触碰	一些	事物	,	和	一些

[hiː; hi][kæn; kən]['ɔːlsoʊ] [teɪst] .

he	can	also	taste	.
他	能	还	品尝	.

他能看见、听见、闻到或触摸到一些东西，有些东西他还能尝到。

[wiː; wi][kɔːl] [ðiːz] [faɪv] faculties75

We	call	these	five	faculties75
我们	称呼	这些	五	faculties75

我们称这五种能力为75

[ʌv; əv][mæn][ðə; ði]['speʃ(ə)l] ['sensɪz] .

of	man	the	special	senses	.
的	男人	这	特别的	感官	.

人类的特殊感官。

[iːtʃ] [ʌv; əv] [ðiːz] ['speʃ(ə)l] ['sensɪz] [hæz; həz][ɪts] [oʊn] [hoʊm][ɪn][ðə; ði]['bɑːdi] ,

Each	of	these	special	senses	has	its	own	home	in	the	body	,
每个	的	这些	特别的	感官	有	它是自己的		家	在	这	身体	,

每一种特殊感觉器官在体内都有其特定的位置。

[ɪts] [oʊn] ['ɔːrgən][tuː; tə][duː][ɪts][wɜːrk] .

its	own	organ	to	do	its	work	.
它是自己的		器官	到	做	它是	工作	.

它有自己的器官来完成这项工作。

[fɔːr; fər] ['ɪnstəns] , [ðə; ði] [aɪz] [siː] , [ðə; ði] [ɪrz] [hɪr] , [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [teɪst] [ɑːr; ər][ɪn][ðə; ði]

For	instance	,	the	eyes	see	,	the	ears	hear	,	the	organs	of	taste	are	in	the
为了	实例	,	这	眼睛	看	,	这	耳朵	听到	,	这	器官	的	品尝	是	在	这

[maʊθ] ,

mouth	,
嘴	,

例如，眼睛能看，耳朵能听，味觉器官在口腔里。

[ðoʊz] [ʌv; əv][ðə; ði] [smel] [ɪn][ðə; ði][noʊz] ,

those	of	the	smell	in	the	nose	,
那些	的	这	闻	在	这	鼻子	,

那些鼻子里的气味，

[waɪl] [ðə; ði] [sens] [ʌv; əv] [tʌtʃ] [ɪz] ['evriwer] [ɪn][ðə; ði]['bɑːdi] [wer] [ðer; ðər][ɑːr; ər]['eni] [nəːvs] .

while	the	sense	of	touch	is	everywhere	in	the	body	where	there	are	any	nerves	.
尽管	这	感觉	的	触碰	是	到处	在	这	身体	在哪里	那里	是	任何	神经	.

而触觉则遍布全身所有有神经的地方。

[ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv][ðə; ði]['speʃ(ə)l] ['sensɪz] [niːd] [greɪt] [ker] .

In	this	country	the	organs	of	the	special	senses	need	great	care	.
在	这	国家	这	器官	的	这	特别的	感官	需要	伟大的	关心	.

在这个国家，特殊感觉器官需要特别呵护。

[ðer; ðər][ɑːr; ər][ə; eɪ] [greɪt] ['meni] [blaɪnd]['piːp(ə)l] [hɪr] ,

There	are	a	great	many	blind	people	here	,
那里	是	一个	伟大的	许多	瞎的	人们	这里	,

这里有很多盲人。

[huː] [hæv; həv] [bɪ'kʌm] [blaɪnd][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [hæv; həv][nɑːt] [ˌʌndər'stʊd] [haʊ] [tuː; tə] [teɪk] [ker]

who	have	become	blind	because	they	have	not	understood	how	to	take	care
WHO	有	变得	瞎的	因为	他们	有	不是	理解	如何	到	拿	关心

[ʌv; əv][ðə; ði] [aɪz] .

of	the	eyes	.
的	这	眼睛	.

他们因为不懂得如何保护眼睛而失明。

[ðə; ði][lɪdz][ænd; ənd][ðə; ði] ['aɪlæʃɪz] [ɑːr; ər] [ment] [tuː; tə][prə'tekt][ðə; ði] [aɪz] [ænd; ənd] [kiːp] [aʊt]
The lids and the eyelashes are meant to protect the eyes and keep out
这 盖子 和 这 睫毛 是 意思是 到 保护 这 眼睛 和 保持 出去
[dʌst] ,
dust ,
灰尘 ,

眼睑和睫毛的作用是保护眼睛，防止灰尘进入。

[tuː; tə] [prɪ'vent] ['ɪnsekts] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [frʌm; frəm] ['getɪŋ] ['ɪntuː][ðem; ðəm] .
to prevent insects , etc . , from getting into them .
到 防止 昆虫 , ETC . , 从 获得 进入 他们 .

防止昆虫等进入其中。

['neɪtʃər] [hæz; həz]['teɪkən]['wʌndərf(ə)l][peɪnz][tuː; tə][prə'tekt]['aʊər; ɑːr] [aɪz] ,
Nature has taken wonderful pains to protect our eyes ,
自然 有 已采取 精彩的 疼痛 到 保护 我们的 眼睛 ,

大自然煞费苦心地保护着我们的眼睛。

[bʌt; bət][wiː; wi][mʌst; məst][duː][ɔːl][wiː; wi][kæn; kən][tuː; tə][help][hɜːr; hər] .
but we must do all we can to help her .
但 我们 必须 做 全部 我们 能 到 帮助 她 .

但我们必须尽一切努力帮助她。

[ʃiː; ʃi][hæz; həz] [prɪ'perd] [ə; eɪ]['fluːɪd] [wɪtʃ] [wɑːʃiz] [ðə; ði][bɔːlz] ,
She has prepared a fluid which washes the balls ,
她 有 准备 一个 体液 哪个 洗涤 这 球 ,

她配制了一种用来清洗球的液体，

[bʌt; bət][ðə; ði][ˌaʊt'saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [aɪz] [æz; əz] [wel] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['kerfəli] [wɑːʃt] [wʌns][ɔːr][twaɪs]
but the outside of the eyes as well should be carefully washed once or twice
但 这 外部 的 这 眼睛 作为 出色地 应该 是 小心 洗过 一次 或者 两次
[ə; eɪ] [deɪ] ,
a day ,
一个 天 ,

但是，眼睛外侧也应该每天仔细清洗一到两次。

[ænd; ənd] [waɪpt] [draɪ] .
and wiped dry .
和 擦拭 干燥 .

擦干。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['veri] [pər'tɪkjələr][tuː; tə][waɪp][ðem; ðəm][ɑːn][ə; eɪ] [kliːn] [klɔːθ] .
We should be very particular to wipe them on a clean cloth .
我们 应该 是 非常 特别的 到 擦拭 他们 在 一个 干净的 布 .

我们一定要用干净的布擦拭它们。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd]['nevər][juːz][ə; eɪ]['taʊəl] [ðæt] is76
We should never use a towel that is76
我们 应该 绝不 使用 一个 毛巾 那 is76

我们绝不应该使用76号毛巾。

[juːst] [baɪ]['eni][wʌn] [huː] [hæz; həz]['eni] ['trʌb(ə)l][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [aɪz] [ɔːr] [huː] [hæz; həz]['eni] [skɪn]
used by any one who has any trouble with the eyes or who has any skin
用过的 经过 任何 一 WHO 有 任何 麻烦 和 这 眼睛 或者 WHO 有 任何 皮肤
[dɪ'ziːz] .
disease .
疾病 .

适用于任何有眼疾或皮肤病的人。

[ðə; ði] [aɪz] [ʃʊd; ʃəd]['nevər][biː; bi] [rʌbd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['fɪŋgərz] .
The eyes should never be rubbed with the fingers .
这 眼睛 应该 绝不 是 摩擦 和 这 手指 .

千万不要用手指揉眼睛。

[wen] ['eni] ['fɔːrən] ['mætərz] , [æz; əz] [speks] [ʌv; əv] [dʌst] , [ɔːr]['sindəz] , [get]['ɪntuː][ðem; ðəm] ,

When	any	foreign	matters	,	as	specks	of	dust	,	or	cinders	,	get	into	them	,
什么时候	任何	外国的	事情	,	作为	斑点	的	灰尘	,	或者	煤渣	,	得到	进入	他们	,

当灰尘或煤渣等异物进入其中时，

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][goʊ][æt; ət][wʌns][tuː; tə][sʌm; səm]['skɪlf(ə)l] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [tuː; tə][hæv; həv][ðem; ðəm] [rɪ'muːvd]

we	should	go	at	once	to	some	skillful	physician	to	have	them	removed
我们	应该	去	在	一次	到	一些	熟练	医生	到	有	他们	已移除

.

:

.

我们应该立即去找一位医术高明的医生把它们取出来。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [ʃeɪd] [ðə; ði] [aɪz] [frʌm; frəm][ðə; ði][də'rekt]['reɪz][ʌv; əv][ðə; ði][sʌn] .

We	should	shade	the	eyes	from	the	direct	rays	of	the	sun	.
我们	应该	阴影	这	眼睛	从	这	直接的	射线	的	这	太阳	.

我们应该遮挡阳光直射的眼睛。

[ɪf] [wiː; wi] [wɔːk] [aʊt] [ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði] [deɪ] ,

If	we	walk	out	in	the	middle	of	the	day	,
如果	我们	走	出去	在	这	中间	的	这	天	,

如果我们在白天外出，

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] ['kæri] [æn; ən] [ʌm'brelə] [ɔːr] [wer] [ə; eɪ] [brɔːd] [hæt] .

we	should	carry	an	umbrella	or	wear	a	broad	hat	.
我们	应该	携带	一个	伞	或者	穿	一个	广阔	帽子	.

我们应该带把伞或者戴顶宽边帽。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][streɪn][ðə; ði] [aɪz] ,

We	should	not	strain	the	eyes	,
我们	应该	不是	拉紧	这	眼睛	,

我们不应该过度用眼。

[ɔːr][juːz][ðem; ðəm] [wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər]['taɪərd][ɔːr] [wen] [ðə; ði] [laɪt] [ɪz][bæd] .

or	use	them	when	they	are	tired	or	when	the	light	is	bad	.
或者	使用	他们	什么时候	他们	是	疲劳的	或者	什么时候	这	光	是	坏的	.

或者在他们疲倦或光线不好的时候使用。

['ælkəhɔːl][ɪz] ['veri] [bæd][fɔːr; fər][ðə; ði] [aɪz] ; [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðem; ðəm] [wiːk] .

Alcohol	is	very	bad	for	the	eyes	;	it	makes	them	weak	.
酒精	是	非常	坏的	为了	这	眼睛	;	它	制作	他们	虚弱的	.

酒精对眼睛非常有害，它会削弱视力。

[ðə; ði] [aɪz] [ʌv; əv][ə; eɪ][hɑːrd]['drɪŋkər] [bɪ'kʌm] [red] [ænd; ənd] ['wɔːtəri] .

The	eyes	of	a	hard	drinker	become	red	and	watery	.
这	眼睛	的	一个	难的	饮酒者	变得	红色的	和	水状的	.

酗酒者的眼睛会变得通红且充满泪水。

[sʌtʃ] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n] [meɪ] ['ɔːf(ə)n] [bɪ'kʌm] [blaɪnd] .

Such	a	person	may	often	become	blind	.
这样的	一个	人	可能	经常	变得	瞎的	.

这样的人往往会失明。

[tə'bækoʊ] , [tuː] , ['kɔːzɪz] ['dɪmnəs] [ʌv; əv] [saɪt] , [ænd; ənd][hæz; həz] [bɪn] [noʊn] [tuː; tə] [prə'duːs]

Tobacco	,	too	,	causes	dimness	of	sight	,	and	has	been	known	to	produce
烟草	,	也	,	原因	昏暗	的	视线	,	和	有	到过	已知	到	生产

['blaɪndnəs] .

blindness	.
失明	.

烟草也会导致视力模糊，甚至会导致失明。

[streɪndʒ] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [siːm] , [ðə; ði] [ɪrz] [ɑːr; ər]['iːv(ə)n] [mɔːr] ['delɪkət] [ðæn; ðən][ðə; ði] [aɪz] ,

Strange	**as**	**it**	**may**	**seem**	**,**	**the**	**ears**	**are**	**even**	**more**	**delicate**	**than**	**the**	**eyes**	**,**
奇怪的	作为	它	可能	似乎	,	这	耳朵	是	甚至	更多的	精美的	比	这	眼睛	,

虽然听起来很奇怪，但耳朵比眼睛还要脆弱。

[ænd; ənd] [mɔːr] ['redɪli] ['ɪndʒərd] ; [ænd; ənd] [wen] [hɜːrt] , [ðer; ðər][ɪz] [les] [ðæt] ['saɪəns] [kæn; kən][duː]

and	**more**	**readily**	**injured**	**;**	**and**	**when**	**hurt**	**,**	**there**	**is**	**less**	**that**	**science**	**can**	**do**
和	更多的	容易	受伤	;	和	什么时候	伤害	,	那里	是	较少的	那	科学	能	做

[fɔːr; fər][ðem; ðəm] .

for	**them**	**.**
为了	他们	.

而且更容易受伤；受伤后，科学能为他们做的也更少。

[ðə; ði]['aʊtər] [ɪr] ['oʊnli]['ketʃɪz; 'kætʃɪz] [saʊnd] [ænd; ənd][tɜːrnz][ˌaɪ 'tiː]['ɪnwərd] .

The	**outer**	**ear**	**only**	**catches**	**sound**	**and**	**turns**	**it**	**inward**	**.**
这	外	耳朵	仅有的	捕获物	声音	和	转弯	它	向内	.

外耳只能接收声音并将其向内反射。

[ðə; ði][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [ɪr] [ðæt] ['riːəli] [hɪr] [ɑːr; ər] [diːp] in77

The	**parts**	**of**	**the**	**ear**	**that**	**really**	**hear**	**are**	**deep**	**in77**
这	部分	的	这	耳朵	那	真的	听到	是	深的	in77

耳朵真正听觉所在的部分位于深处。

[ðə; ði] [hed] , [wer] [ðeɪ] [kæn; kən][biː; bi] [wel] [prə'tektɪd] .

the	**head**	**,**	**where**	**they**	**can**	**be**	**well**	**protected**	**.**
这	头	,	在哪里	他们	能	是	出色地	受保护	.

头部，在那里它们可以得到很好的保护。

[ðə; ði]['lɪt(ə)l][kə'næl]['liːdɪŋ; 'ledɪŋ]['ɪntuː][ðə; ði] [ɪr] [sɪ'kriːts] [wæks] , [wɪtʃ] ['hindəz] ['ɪnsekts][frʌm; frəm]

The	**little**	**canal**	**leading**	**into**	**the**	**ear**	**secretes**	**wax**	**,**	**which**	**hinders**	**insects**	**from**
这	小的	运河	领导	进入	这	耳朵	分泌物	蜡	,	哪个	阻碍	昆虫	从

['krɔːlɪŋ] [ɪn] .

crawling	**in**	**.**
爬行	在	.

通向耳朵的小管道会分泌耳垢，阻止昆虫爬入。

['sʌmtaɪmz] [ðeɪ] [duː][get][ɪn] , [dɪ'spaɪt] [ðə; ði][wæks] .

Sometimes	**they**	**do**	**get**	**in**	**,**	**despite**	**the**	**wax**	**.**
有时	他们	做	得到	在	,	尽管	这	蜡	.

即使打了蜡，它们有时也能钻进去。

[ɪn][sʌm; səm][pɑːrts][ʌv; əv] [ðɪs] ['kʌntri] , [ðer; ðər][ɑːr; ər] ['liːtʃɪz] [ðæt] [get]['ɪntuː][ðə; ði] [ɪr] .

In	**some**	**parts**	**of**	**this**	**country**	**,**	**there**	**are**	**leeches**	**that**	**get**	**into**	**the**	**ear**	**.**
在	一些	部分	的	这	国家	,	那里	是	水蛭	那	得到	进入	这	耳朵	.

在这个国家的某些地区，有水蛭会钻进耳朵里。

[wen] [ðeɪ] [duː] [ðɪs] [ðeɪ] [kɔːz] [greɪt] [peɪn][ænd; ənd]['ɔːf(ə)n] [prə'duːs] ['defnəs] .

When	**they**	**do**	**this**	**they**	**cause**	**great**	**pain**	**and**	**often**	**produce**	**deafness**	**.**
什么时候	他们	做	这	他们	原因	伟大的	疼痛	和	经常	生产	耳聋	.

这样做会造成剧烈疼痛，而且常常会导致耳聋。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd]['nevər][traɪ][tuː; tə] [pɪk] [ɔːr][lɪft] ['eniθɪŋ] [ʌv; əv] [ðɪs] [sɔːrt][aʊt][ʌv; əv][ðə; ði] [ɪr] .

We	**should**	**never**	**try**	**to**	**pick**	**or**	**lift**	**anything**	**of**	**this**	**sort**	**out**	**of**	**the**	**ear**	**.**
我们	应该	绝不	尝试	到	挑选	或者	举起	任何事物	的	这	种类	出去	的	这	耳朵	.

我们绝不应该试图从耳朵里取出或挖出这类东西。

[ðə; ði][best] [wei] , [wen] ['eniθɪŋ] [ə'laɪv][gets]['ɪntuː][ðə; ði] [ɪr] ,

The	**best**	**way**	**,**	**when**	**anything**	**alive**	**gets**	**into**	**the**	**ear**	**,**
这	最好的	方式	,	什么时候	任何事物	活	获得	进入	这	耳朵	,

当任何活物进入耳朵时，最好的办法是.....

[ɪz][tuː; tə] [pɔːr] [ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['kwɑːntəti][ʌv; əv][ɔɪl] .

is	to	pour	in	a	little	quantity	of	oil	.
是	到	倒	在	一个	小的	数量	的	油	.

就是倒入少量油。

[ðɪs] ['nɪrli] ['ɔːlweɪz] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] ['kriːtʃər] [wɪtʃ] [hæz; həz] ['gɑːtn] [ɪn][tuː; tə] [bæk] [aʊt] ,

This	nearly	always	causes	the	creature	which	has	gotten	in	to	back	out	,
这	几乎	总是	原因	这	生物	哪个	有	获得	在	到	后退	出去	,

这几乎总是会导致闯入的生物退出来。

[ɪn]['ɔːrdər][tuː; tə] [ɪ'skeɪp] [ðə; ði][ɔɪl] .

in	order	to	escape	the	oil	.
在	命令	到	逃脱	这	油	.

为了逃离石油。

[ɪf] , [ɪn'sted] [ʌv; əv] ['kʌmɪŋ] [aʊt] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [draʊnd] , [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [rɪ'muːvd] [baɪ][sʌm; səm]

If	,	instead	of	coming	out	,	it	is	drowned	,	it	must	be	removed	by	some
如果	,	反而	的	未来	出去	,	它	是	溺水	,	它	必须	是	已移除	经过	一些

['skɪlf(ə)l] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

skillful	physician	.
熟练	医生	.

如果没能排出来而是被淹死了，就必须由技术娴熟的医生将其取出。

[ðə; ði] [ɪr] .

The	Ear	.
这	耳朵	.

耳朵。

['ʃoʊɪŋ] [ðə; ði] [drʌm] [ænd; ənd] [boʊnz] .

Showing	the	drum	and	bones	.
显示	这	鼓	和	骨头	.

展示鼓和骨头。

['nʌθɪŋ] [ʃʊd; ʃəd] ['evər][biː; bi] [inˈsəːtid] [ɪn][ðə; ði] [ɪr] [fɔːr; fər][ðə; ði] ['pɜːrpəs] [ʌv; əv] ['kliːnɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]

Nothing	should	ever	be	inserted	in	the	ear	for	the	purpose	of	cleaning	it
没有什么	应该	曾经	是	插入	在	这	耳朵	为了	这	目的	的	打扫	它

[ɪk'sept] [ðə; ði]['lɪt(ə)l]['fɪŋgər] .

except	the	little	finger	.
除了	这	小的	手指	.

除了小指之外，绝对不能用任何东西伸入耳朵进行清洁。

[ðə; ði] [ɪr] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] washed78

The	ear	should	be	washed78
这	耳朵	应该	是	washed78

应该清洗耳朵78

['veri] ['kerfəli] [wɪð; wɪθ][soʊp][ænd; ənd]['wɔːtər][ænd; ənd][draɪd] ['θɜːrəli] .

very	carefully	with	soap	and	water	and	dried	thoroughly	.
非常	小心	和	肥皂	和	水	和	干燥	彻底	.

用肥皂和水仔细清洗，并彻底擦干。

['sʌmtaɪmz] , [wen] ['swɪmɪŋ] , ['piːp(ə)l][get]['wɔːtər]['ɪntuː][ðer; ðər] [ɪrz] .

Sometimes	,	when	swimming	,	people	get	water	into	their	ears	.
有时	,	什么时候	游泳	,	人们	得到	水	进入	他们的	耳朵	.

有时游泳时，水会进入耳朵。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ʃeɪk] [ˌaɪ 'tiː][aʊt][æt; ət][wʌns] , [ɔːr][ðə; ði] [ɪrz] [meɪ] [eɪk] .

They	should	shake	it	out	at	once	,	or	the	ears	may	ache	.
他们	应该	摇	它	出去	在	一次	,	或者	这	耳朵	可能	疼痛	.

他们应该立即抖掉耳垢，否则耳朵可能会疼。

['sʌmtaɪmz] ['wɔːtər] [ðæt] [gets] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] ['kɔːzɪz] [ˌɪnflə'meɪʃn] [ænd; ənd] [koʊld] , [wɪtʃ] [hɜːrt] [ðə; ði]

Sometimes	**water**	**that**	**gets**	**in**	**this**	**way**	**causes**	**inflammation**	**and**	**cold**	**,**	**which**	**hurt**	**the**
有时	水	那	获得	在	这	方式	原因	炎	和	寒冷的	,	哪个	伤害	这

[sens] [ʌv; əv] ['hɪrɪŋ] .

sense	**of**	**hearing**	**.**
感觉	的	听力	.

有时，水从这个途径进入会导致炎症和感冒，从而损害听力。

[noʊ] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] ['evər] [straɪk] [ə'nʌðər] [ɑːn] [ðə; ði] [ɪr] , ['iːv(ə)n] [ɪn] [pleɪ] .

No	**one**	**should**	**ever**	**strike**	**another**	**on**	**the**	**ear**	**,**	**even**	**in**	**play**	**.**
不	一	应该	曾经	罢工	其他	在	这	耳朵	,	甚至	在	玩	.

即使在玩耍中，任何人都不应该打别人的耳朵。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] ['defnəs] .

It	**is**	**likely**	**to**	**cause**	**deafness**	**.**
它	是	可能	到	原因	耳聋	.

它很可能导致耳聋。

[wʌt] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [drʌm] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɪr] [ɪz] [ə; eɪ] ['veri] ['delɪkət] ['membreɪn] [wɪtʃ]

What	**is**	**called**	**the**	**drum**	**of**	**the**	**ear**	**is**	**a**	**very**	**delicate**	**membrane**	**which**
什么	是	称为	这	鼓	的	这	耳朵	是	一个	非常	精美的	膜	哪个

[rə'siːvz, rɪ'siːvz, riː'siːvz] [ðə; ði] [saʊnd] .

receives	**the**	**sound**	**.**
接收	这	声音	.

耳内的鼓膜是一层非常薄的薄膜，它负责接收声音。

[ðɪs] [ɪz] [wʌt] ['riːəli] ['hiːrz] ,

This	**is**	**what**	**really**	**hears**	**,**
这	是	什么	真的	听到	,

这才是真正听到的，

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [bloʊ] [ɑːn] [ðə; ði] [saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] [hed] [meɪ] ['rʌptʃər] [ðɪs] ['membreɪn] [ænd; ənd]

and	**a**	**blow**	**on**	**the**	**side**	**of**	**the**	**head**	**may**	**rupture**	**this**	**membrane**	**and**
和	一个	吹	在	这	边	的	这	头	可能	破裂	这	膜	和

[dɪ'strɔɪ] [ðə; ði] ['hɪrɪŋ] .

destroy	**the**	**hearing**	**.**
破坏	这	听力	.

头部侧面受到撞击可能会使这层膜破裂，从而破坏听力。

[ðə; ði] [sens] [ʌv; əv] [smel] [ɪz] [haɪ] [ʌp] [ɪn] [ðə; ði] [noʊz] .

The	**sense**	**of**	**smell**	**is**	**high**	**up**	**in**	**the**	**nose**	**.**
这	感觉	的	闻	是	高的	向上	在	这	鼻子	.

嗅觉位于鼻子的较高位置。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ə; eɪ] ['veri] ['juːsf(ə)l] [sens] [ænd; ənd] [wɔːnz] [ˌjuː 'es] [ʌv; əv] ['deɪndʒər] .

It	**is**	**a**	**very**	**useful**	**sense**	**and**	**warns**	**us**	**of**	**danger**	**.**
它	是	一个	非常	有用	感觉	和	警告	我们	的	危险	.

它是一种非常有用的感觉，可以提醒我们注意危险。

[wiː; wi] [kæn; kən] ['ɔːf(ə)n] [dɪ'tekt] [bæd] [er] [baɪ] [ɪts] ['oʊdər] .

We	**can**	**often**	**detect**	**bad**	**air**	**by**	**its**	**odor**	**.**
我们	能	经常	探测	坏的	空气	经过	它是	气味	.

我们通常可以通过气味来判断空气是否污浊。

[wiː; wi] [noʊ] ['weðər] [fuːd] [ɪz] [gʊd] [ɔːr] ['weðər] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [spɔɪld] , [baɪ] [ɪts] [smel] .

We	**know**	**whether**	**food**	**is**	**good**	**or**	**whether**	**it**	**is**	**spoiled**	**,**	**by**	**its**	**smell**	**.**
我们	知道	无论	食物	是	好的	或者	无论	它	是	被宠坏了	,	经过	它是	闻	.

我们可以通过食物的气味来判断它是新鲜的还是变质的。

[wiː; wi] [teɪst] [θɪŋz] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [tʌŋ] .

We	**taste**	**things**	**with**	**the**	**tongue**	**.**
我们	品尝	事物	和	这	舌头	.

我们用舌头品尝味道。

['sʌbstənsiz] [wɪtʃ] [duː][nɑːt] [dɪ'zɑːlv] [ɪn]['wɔːtər][hæv; həv][noʊ] [teɪst] .

Substances	which	do	not	dissolve	in	water	have	no	taste	.
物质	哪个	做	不是	溶解	在	水	有	不	品尝	.

不溶于水的物质没有味道。

['iːv(ə)n]['aʊər; ɑːr] [fuːd] [wʊd] [hæv; həv][noʊ] [teɪst] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][wɜːr; wər][draɪ] .

Even	our	food	would	have	no	taste	if	it	were	dry	.
甚至	我们的	食物	会	有	不	品尝	如果	它	是	干燥	.

如果食物很干，那就没有味道了。

[ðə; ðiː][sə'laɪvə][mʌst; məst] [dɪ'zɑːlv] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi][kæn; kən] [teɪst] [ˌaɪ 'tiː] .

The	saliva	must	dissolve	it	before	we	can	taste	it	.
这	唾液	必须	溶解	它	前	我们	能	品尝	它	.

唾液必须先将其溶解，我们才能尝到它的味道。

[wiː; wi][kæn; kən][hɜːrt] the79

We	can	hurt	the79
我们	能	伤害	the79

我们可以伤害那79人

[sens] [ʌv; əv] [teɪst] [baɪ] ['iːtɪŋ] [tuː] [fæst] ,

sense	of	taste	by	eating	too	fast	,
感觉	的	品尝	经过	吃	也	快速地	,

吃得太快导致味觉丧失。

[ɔːr][baɪ] ['siːzənɪŋ] ['aʊər; ɑːr] [fuːd] [tuː] ['strɔːŋli] [wɪð; wɪθ] ['pepər] [ænd; ənd] ['ʌðər] [hɑːt]['spaɪsɪz] .

or	by	seasoning	our	food	too	strongly	with	pepper	and	other	hot	spices	.
或者	经过	调料	我们的	食物	也	强烈	和	胡椒	和	其他	热的	香料	.

或者因为我们在食物中过度使用胡椒和其他辛辣香料。

['tʃuːɪŋ] [ðə; ðiː] ['biːtl] [nʌt] ['hɛlps][tuː; tə] [dɪ'strɔɪ] [ðə; ðiː] [sens] [ʌv; əv] [teɪst] ,

Chewing	the	betel	nut	helps	to	destroy	the	sense	of	taste	,
咀嚼	这	槟榔	坚果	帮助	到	破坏	这	感觉	的	品尝	,

嚼槟榔有助于破坏味觉。

[ænd; ənd][soʊ] [dʌz] [mʌtʃ] [juːz][ʌv; əv]['ælkəhɔːl] .

and	so	does	much	use	of	alcohol	.
和	所以	做	很多	使用	的	酒精	.

饮酒也会导致这种情况。

[wiː; wi] [niːd] [ðə; ðiː] [sens] [ʌv; əv] [teɪst] [tuː; tə] [tel] [ˌjuː 'es] ['weðər] [fuːd] [ɪz] [gʊd] [ɔːr][bæd] .

We	need	the	sense	of	taste	to	tell	us	whether	food	is	good	or	bad	.
我们	需要	这	感觉	的	品尝	到	告诉	我们	无论	食物	是	好的	或者	坏的	.

我们需要味觉来告诉我们食物的好坏。

[fuːd] [wɪtʃ] [hæz; həz][ə; eɪ] ['plez(ə)nt] [teɪst] [ɪz] [mɔːr] ['iːzəli] [dai'dʒestid][ðæn; ðən] [ðæt] [wɪtʃ] [wiː; wi] [duː][nɑːt][laɪk] .

Food	which	has	a	pleasant	taste	is	more	easily	digested	than	that	which	we	do	not	like	.
食物	哪个	有	一个	令人愉快的	品尝	是	更多的	容易地	消化	比	那	哪个	我们	做	不是	喜欢	.

味道好的食物比我们不喜欢的食物更容易消化。

[ðə; ðiː] [sens] [ʌv; əv] [tʌtʃ] [telz] [ˌjuː 'es] ['weðər] [θɪŋz] [ɑːr; ər][hɑːrd][ɔːr][sɔːft] ;

The	sense	of	touch	tells	us	whether	things	are	hard	or	soft	;
这	感觉	的	触碰	讲述	我们	无论	事物	是	难的	或者柔软的	;	

触觉告诉我们物体是硬的还是软的;

[ˌaɪ 'tiː] [telz] [ˌjuː 'es] [wen] [wiː; wi][ɑːr; ər][hɜːrt] .

it	tells	us	when	we	are	hurt	.
它	讲述	我们	什么时候	我们	是	伤害	.

它能告诉我们何时受伤。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ][ðə; ði] ['fiːlɪŋ] [wɪtʃ] [wiː; wi][kɔːl] [peɪn] .

It	does	this	by	the	feeling	which	we	call	pain	.
它	做	这	经过	这	感觉	哪个	我们	称呼	疼痛	.

它通过我们称之为疼痛的感觉来做到这一点。

[ɪf] [wiː; wi][dɪd][nɑːt] [fiːl] [peɪn] [wen] [wiː; wi][wɜːr; wər] ['biːɪŋ] ['ɪndʒərd] ,

If	we	did	not	feel	pain	when	we	were	being	injured	,
如果	我们	做过	不是	感觉	疼痛	什么时候	我们	是	存在	受伤	,

如果我们受伤时没有感觉到疼痛，

[wiː; wi] [maɪt] [biː; bi] [kɪld] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi][kʊd; kəd] [noʊ] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]['deɪndʒər][ænd; ənd] [prə'tekt]

we	might	be	killed	before	we	could	know	of	our	danger	and	protect
我们	可能	是	被杀	前	我们	可以	知道	的	我们的	危险	和	保护

[ɑːr'selvz] [frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .

ourselves	from	it	.
我们自己	从	它	.

我们可能还没来得及意识到危险并保护自己，就已经丧命了。

[soʊ][wiː; wi] [siː] [haʊ] [truː] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðæt] ['aʊər; ɑːr] ['bɑːdɪz] [ɑːr; ər]['wʌndərf(ə)l] [mə'ʃiːnz] .

So	we	see	how	true	it	is	that	our	bodies	are	wonderful	machines	.
所以	我们	看	如何	真的	它	是	那	我们的	身体	是	精彩的	机器	.

由此可见，我们的身体是多么奇妙的机器。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['sʌmθɪŋ] [bɪ'saɪdz] [mə'ʃiːnz] , — [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['haʊzɪz] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði][soʊl]

But	they	are	something	besides	machines	,	—	they	are	houses	in	which	the	soul
但	他们	是	某物	除了	机器	,	—	他们	是	房屋	在	哪个	这	灵魂

[dwelz] ,

dwells	,
居住地	,

但它们不仅仅是机器，它们是灵魂居住的居所。

[ænd; ənd][æz; əz] [sʌtʃ] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['wɜːrði] [ʌv; əv] [greɪt] [ker] [ænd; ənd] ['ɑːnər] .

and	as	such	they	are	worthy	of	great	care	and	honor	.
和	作为	这样的	他们	是	值得	的	伟大的	关心	和	荣誉	.

因此，他们值得我们悉心照料和尊敬。

[wiː; wi][mʌst; məst] [kiːp] [ðem; ðəm] [kliːn] .

We	must	keep	them	clean	.
我们	必须	保持	他们	干净的	.

我们必须保持它们的清洁。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['aʊər; ɑːr]['duːti][tuː; tə] [fiːd] [ðem; ðəm] [raɪt] [ænd; ənd] [gɑːrd] [ðem; ðəm][frʌm; frəm]['ɪndʒəri] .

It	is	our	duty	to	feed	them	right	and	guard	them	from	injury	.
它	是	我们的	责任	到	喂养	他们	正确的	和	警卫	他们	从	受伤	.

我们有责任好好喂养它们，保护它们免受伤害。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['kerf(ə)l] , [tuː] , ['nevər][tuː; tə] injure80

We	should	be	careful	,	too	,	never	to	injure80
我们	应该	是	小心	,	也	,	绝不	到	injure80

我们也应该小心，千万不要伤害80

[ðem; ðəm] [ɑːr'selvz]

them	ourselves
他们	我们自己

我们自己

[baɪ] ['pʊtɪŋ] [ðem; ðəm][tuː; tə]['juːzɪz][nɑːt] [kliːn] [ænd; ənd] [pjʊr] ,

by	putting	them	to	uses	not	clean	and	pure	,
经过	推杆	他们	到	用途	不是	干净的	和	纯的	,

将它们用于不洁净、不纯洁的用途，

[ɔ:r][baɪ] ['meɪkɪŋ] [ðem; ðəm] [ə'kʌstəmd] [tu:; tə] [θɪŋz] [wɪtʃ] [ɑ:r; ər][bæd][fɔ:r; fər][ðem; ðəm] .

or	by	making	them	accustomed	to	things	which	are	bad	for	them	.
或者	经过	制作	他们	习惯	到	事物	哪个	是	坏的	为了	他们	.

或者让他们习惯对他们有害的事物。

[wen] [wi:; wi][du:] ['eni] [ʌv; əv] [ðiːz] [θɪŋz] , [wi:; wi][hɜ:rt][ðə; ði][soʊl] , [æz; əz] [wel] [æz; əz][ðə; ði]['bɑ:di] ,

When	we	do	any	of	these	things	,	we	hurt	the	soul	,	as	well	as	the	body	,
什么时候	我们	做	任何	的	这些	事物	,	我们	伤害	这	灵魂	,	作为	出色地	作为	这	身体	,

当我们做这些事情时，我们不仅伤害了身体，也伤害了灵魂。

[ænd; ənd] [brɪŋ] [ʃeɪm] [ə'pɑ:n] [ɑ:r'selvz] [ænd; ənd] ['sɑ:roʊ] [tu:; tə] ['ʌðər] .

and	bring	shame	upon	ourselves	and	sorrow	to	others	.
和	带来	耻辱	之上	我们自己	和	悲哀	到	其他的	.

并给自己带来耻辱，给他人带来悲伤。

['kwestʃənz] .

QUESTIONS	.
问题	.

问题。

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd][wi:; wi][traɪ][tu:; tə] [ki:p] ['aʊər; ɑ:r] ['bɑ:dɪz] [wel] [ænd; ənd] [strɔ:ŋ] ?

Why	should	we	try	to	keep	our	bodies	well	and	strong	?
为什么	应该	我们	尝试	到	保持	我们的	身体	出色地	和	强的	?

我们为什么要努力保持身体健康强壮?

[wʌt] [ɪz] [ˌpɜ:rspə'reɪʃn] ?

What	is	perspiration	?
什么	是	汗	?

什么是汗液?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd][wi:; wi] [beɪð] ['ɔ:f(ə)n] ?

Why	should	we	bathe	often	?
为什么	应该	我们	洗澡	经常	?

我们为什么要经常洗澡?

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] ['tʃɪldrən] [bi:; bi] [beɪðd] ?

How	should	children	be	bathed	?
如何	应该	孩子们	是	洗澡	?

应该如何给孩子洗澡?

[wen] [ɪz][ðə; ði][best] [taɪm] [tu:; tə] [beɪð] ?

When	is	the	best	time	to	bathe	?
什么时候	是	这	最好的	时间	到	洗澡	?

什么时候洗澡最好?

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'ti:][ɪm'pru:d(ə)nt][tu:; tə][goʊ] ['berfʊt] [ɪn][ðə; ði]['trɑ:pɪks] ?

Why	is	it	imprudent	to	go	barefoot	in	the	tropics	?
为什么	是	它	轻率的	到	去	赤脚	在	这	热带	?

为什么在热带地区赤脚行走是不明智的?

[ɪz] ['smoʊkɪŋ] ['hɜ:rtfl] [tu:; tə] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝ:lz] ?

Is	smoking	hurtful	to	boys	and	girls	?
是	吸烟	伤人的	到	男孩们	和	女孩们	?

吸烟对男孩和女孩有害吗?

[wʌt] [dʌz] [ˌaɪ 'ti:][du:] ?

What	does	it	do	?
什么	做	它	做	?

它有什么作用?

[waɪ] [ɪz] ['bi:tl] ['tʃu:ɪŋ] [ɪn'dʒʊriəs] ?

Why	is	betel	chewing	injurious	?
为什么	是	槟榔	咀嚼	有害的	?

为什么嚼槟榔有害?

[haʊ] [dʌz] ['ælkəhɔ:l] [ə'fekt] [ðoʊz] [hu:] [drɪŋk] [ˌaɪ 'ti:] [tu:; tə] [ɪk'ses] ?

How	**does**	**alcohol**	**affect**	**those**	**who**	**drink**	**it**	**to**	**excess**	**?**
如何	做	酒精	影响	那些	WHO	喝	它	到	过量的	?

过量饮酒会对人体造成哪些影响?

[wʌt] [ɪz] [ɪts] [ɪ'fekt] [ɑ:n] [ðə; ði] [maɪnd] ?

What	**is**	**its**	**effect**	**on**	**the**	**mind**	**?**
什么	是	它是	影响	在	这	头脑	?

它对心理有什么影响?

[ɑ:n] [ðə; ði] [aɪz] ?

On	**the**	**eyes**	**?**
在	这	眼睛	?

眼睛上?

[haʊ] [du:] [wi:; wi] [tel] [wʌt] [ɪz] ['goʊɪŋ] [ɑ:n] [ə'baʊt] [ˌju: 'es] ?

How	**do**	**we**	**tell**	**what**	**is**	**going**	**on**	**about**	**us**	**?**
如何	做	我们	告诉	什么	是	去	在	关于	我们	?

我们如何了解自身的情况?

[wʌt] [ɑ:r; ər] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [faɪv] ['sensɪz] ?

What	**are**	**the**	**organs**	**of**	**the**	**five**	**senses**	**?**
什么	是	这	器官	的	这	五	感官	?

五官分别包含哪些器官?

[haʊ] [kæn; kən] [wi:; wi] [best] [teɪk] [ker] [ʌv; əv] ['aʊər; ɑ:r] [aɪz] ?

How	**can**	**we**	**best**	**take**	**care**	**of**	**our**	**eyes**	**?**
如何	能	我们	最好的	拿	关心	的	我们的	眼睛	?

我们如何才能更好地保护眼睛?

[ʌv; əv] ['aʊər; ɑ:r] [ɪrz] ?

Of	**our**	**ears**	**?**
的	我们的	耳朵	?

我们的耳朵?

[wʌt] [telz] [ˌju: 'es] [wen] [wi:; wi] [ɑ:r; ər] [hɜ:rt] ?

What	**tells**	**us**	**when**	**we**	**are**	**hurt**	**?**
什么	讲述	我们	什么时候	我们	是	伤害	?

什么能告诉我们何时受伤了?

[wʌt] [ɪz] ['aʊər; ɑ:r] ['du:ti] [tɔ:rd] ['aʊər; ɑ:r] ['bɑ:dɪz] ? -

What	**is**	**our**	**duty**	**toward**	**our**	**bodies**	**?**	**81**
什么	是	我们的	责任	朝向	我们的	身体	?	-

我们对自己的身体负有什么责任? 81

['tʃæptər] ['vaɪ, 'vi:] .

CHAPTER	**VI**	**.**
章	六年级	.

第六章

['pʌblɪk] ['haɪdʒi:n] .

PUBLIC	**HYGIENE**	**.**
民众	卫生	.

公共卫生。

[wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [greɪt] ['kwestʃənz] [ɪn] [wɪtʃ] ['gʌvərnmənts] [ɪn] [ɔ:l] ['kʌntriz] [ɑ:r; ər] ['ɪntrəstɪd] [ɪz]

One	**of**	**the**	**great**	**questions**	**in**	**which**	**governments**	**in**	**all**	**countries**	**are**	**interested**	**is**
一	的	这	伟大的	问题	在	哪个	政府	在	全部	国家	是	感兴趣的	是

[haʊ] [tu:; tə] [ki:p] [daʊn] [ðə; ði] [deθ] [reɪt] [ɪn] [greɪt] ['sɪtiz] .

how	**to**	**keep**	**down**	**the**	**death**	**rate**	**in**	**great**	**cities**	**.**
如何	到	保持	向下	这	死亡	速度	在	伟大的	城市	.

各国政府都非常关心的一个重大问题是如何降低大城市的死亡率。

[ɪn]['oʊldən] [taɪmz] [ðer; ðər][wɜːr; wər] ['meni] [pleɪgz] [ænd; ənd][ˌepi'demiks] .

In	olden	times	there	were	many	plagues	and	epidemics	.
在	古老的	时代	那里	是	许多	瘟疫	和	流行病	.

古代曾发生过许多瘟疫和流行病。

[ðiːz] ['ɔːf(ə)n] [dɪ'strɔɪd] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv][laɪvz; lɪvz] .

These	often	destroyed	thousands	of	lives	.
这些	经常	损毁	数千	的	生活	.

这些灾难往往夺去了成千上万人的生命。

['piːp(ə)l] [dɪd][nɑːt][ˌʌndər'stænd] [waɪ] [ðə; ði] [pleɪgz] [keɪm] ; [ðeɪ] [juːst] [tuː; tə] [θɪŋk] [ðem; ðəm]

People	did	not	understand	why	the	plagues	came	;	they	used	to	think	them
人们	做过	不是	理解	为什么	这	瘟疫	来了	;	他们	用过的	到	思考	他们

['pʌnɪʃmənts] [fɔːr; fər][sɪn] ,

punishments	for	sin	,
惩罚	为了	罪	,

人们不明白瘟疫为何降临；他们过去认为瘟疫是对罪恶的惩罚。

[ɔːr] [sent] [baɪ][sʌm; səm]['iːv(ə)l]['spɪrɪt] [aʊt] [ʌv; əv]['heɪtrɪd][tuː; tə][hjuː'mænəti] .

or	sent	by	some	evil	spirit	out	of	hatred	to	humanity	.
或者	发送	经过	一些	邪恶的	精神	出去	的	仇恨	到	人类	.

或是由某些邪灵出于对人类的仇恨而派遣的。

[ðeɪ] [dɪd][nɑːt] [noʊ] [haʊ] [tuː; tə] [miːt] [ðem; ðəm][ɔːr] [haʊ] [tuː; tə] [teɪk] [ker] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huːm]

They	did	not	know	how	to	meet	them	or	how	to	take	care	of	those	whom
他们	做过	不是	知道	如何	到	见面	他们	或者	如何	到	拿	关心	的	那些	谁

[ðə; ði] [pleɪgz] [ə'tækt] ,

the	plagues	attacked	,
这	瘟疫	遭到攻击	,

他们不知道该如何应对瘟疫，也不知道该如何照顾那些遭受瘟疫侵袭的人。

[ænd; ənd][soʊ] [hoʊl] ['sɪtiz] [wɜːr; wər] ['sʌmtaɪmz] ['emptid] [baɪ] [dɪ'ziːz] [bɪ'fɔːr] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['saɪəns]

and	so	whole	cities	were	sometimes	emptied	by	disease	before	which	the	science
和	所以	所有的	城市	是	有时	清空	经过	疾病	前	哪个	这	科学

[ʌv; əv] [ðoʊz] [deɪz] [wʌz; wəz] ['helpləs] .

of	those	days	was	helpless	.
的	那些	天	曾是	无助	.

因此，有时整个城市都会因为疾病而空无一人，而当时的科学对此却束手无策。

[bʌt; bət] [naʊ] [wiː; wi][hæv; həv] [kʌm] [tuː; tə] [noʊ] [ðæt] [ɔːl][ˌepi'demiks][hæv; həv]['nætʃ(ə)rəl] ['kɔːzɪz] .

But	now	we	have	come	to	know	that	all	epidemics	have	natural	causes	.
但	现在	我们	有	来	到	知道	那	全部	流行病	有	自然的	原因	.

但现在我们已经知道，所有流行病都有其自然原因。

[æn; ən][ˌepɪ'demɪk][ɪz]['ɔːlweɪz] [kɔːzd] ['iːðər] [baɪ][bæd]['wɔːtər] or82

An	epidemic	is	always	caused	either	by	bad	water	or82
一个	流行性	是	总是	导致	任何一个	经过	坏的	水	or82

流行病的发生总是由水质污染或82引起的。

[nɪ'glektɪd] ['suːərz] [ɔːr] ['pɔɪzənəs] ['gæsɪz] [ɜ'aɪzɪŋ] [frʌm; frəm] [lɔːŋ] - ['gæðərd] [fɪlθ] .

neglected	sewers	or	poisonous	gases	arising	from	long	-	gathered	filth	.
被忽视的	下水道	或者	有毒	气体	产生	从	长的	-	聚集	污秽	.

疏于维护的下水道或长期积聚的污物产生的有毒气体。

[ɪn] ['jʊrəp] [ænd; ənd][ɪn] [ə'merɪkə] ['evri] ['sɪti] [hæz; həz][ɪts] ['sɪstəm] [ɔːr] ['sɪstəmz] [ʌv; əv] ['suːərz] ,

In	Europe	and	in	America	every	city	has	its	system	or	systems	of	sewers	,
在	欧洲	和	在	美国	每一个	城市	有	它是	系统	或者	系统	的	下水道	,

在欧洲和美国，每个城市都有自己的下水道系统。

[ɪts] ['bɔrdz] [ʌv; əv]['pʌblɪk] [helθ] [ænd; ənd][ʌv; əv] [striːt] ['kliːnɪŋ] .

its	boards	of	public	health	and	of	street	cleaning	.
它是	板	的	民众	健康	和	的	街道	打扫	.

其公共卫生委员会和街道清洁委员会。

[greɪt] [ker] [ɪz]['teɪkən] , [ænd; ənd] [ɪ'nɔ:rməs] [sʌmz] [ʌv; əv] ['mʌni] [ɑ:r; ər] [spent] , [tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði]
Great **care** **is** **taken** **,** **and** **enormous** **sums** **of** **money** **are** **spent** **,** **to** **keep** **the**
伟大的 关心 是 已采取 , 和 巨大的 总和 的 钱 是 花费 , 到 保持 这
['sɪtiz] [kli:n] ,
cities **clean** **,**
城市 干净的 ,

人们投入了大量精力和巨额资金来保持城市清洁。

[ðæt] [ðə; ði]['pi:p(ə)l] [meɪ] [bi:; bi][æz; əz] ['helθi] [æz; əz]['pɑ:səb(ə)l] .
that **the** **people** **may** **be** **as** **healthy** **as** **possible** **.**
那 这 人们 可能 是 作为 健康 作为 可能的 .

让人民尽可能保持健康。

[mə'nɪlə] , [ðə; ði]['kæpɪt(ə)l]['sɪti] [ʌv; əv][ðə; ði] [fɪlə'pi:nz] , [ɪz][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði]['lɑ:rdʒɪst] ['sɪtiz] [ɑ:n][ðə; ði]
Manila **,** **the** **capital** **city** **of** **the** **Philippines** **,** **is** **one** **of** **the** **largest** **cities** **on** **the**
马尼拉 , 这 首都 城市 的 这 菲律宾 , 是 一 的 这 最大 城市 在 这
[ˌeɪʒi'ætɪk] [koʊst] .
Asiatic **coast** **.**
亚洲 海岸 .

马尼拉是菲律宾的首都，也是亚洲沿岸最大的城市之一。

[ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bɪn] , [ɪn][ðə; ði][pæst] , [ɪn] ['veri] [bæd][kən'dɪʃ(ə)n][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ʌv; əv] [fɪlθ] .
It **has** **been** **,** **in** **the** **past** **,** **in** **very** **bad** **condition** **because** **of** **filth** **.**
它 有 到过 , 在 这 过去的 , 在 非常 坏的 状况 因为 的 污秽 .

过去，由于肮脏不堪，它的状况非常糟糕。

[wʌn] [ʌv; əv][ðə; ði][fɜ:rst] [θɪŋz] [ðə; ði] [ə'mɛrɪkənz] [bɪ'gæn][tu:; tə][du:] [wen] [ðeɪ] [keɪm] [hɪr] [wʌz; wəz]
One **of** **the** **first** **things** **the** **Americans** **began** **to** **do** **when** **they** **came** **here** **was**
一 的 这 第一的 事物 这 美国人 开始 到 做 什么时候 他们 来了 这里 曾是
[tu:; tə][traɪ][tu:; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['sɪti] [kli:n] ,
to **try** **to** **make** **the** **city** **clean** **,**
到 尝试 到 制作 这 城市 干净的 ,

美国人来到这里后做的第一件事就是努力让城市变得干净整洁。

[soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:] [wʊd] [bi:; bi] [mɔ:r] ['helθf(ə)l] .
so **that** **it** **would** **be** **more** **healthful** **.**
所以 那 它 会 是 更多的 健康的 .

这样会更健康。

[ðɪs] [wʌz; wəz][ə; eɪ] ['veri] ['dɪfɪkəlt] [θɪŋ] [tu:; tə][du:] ,
This **was** **a** **very** **difficult** **thing** **to** **do** **,**
这 曾是 一个 非常 难的 事物 到 做 ,

这是一件非常难做到的事。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ʌv; əv][ðə; ði][dɜ:rt] [wɪtʃ] [hæd; həd] [bɪn] [ə'laʊd] [tu:; tə]['gæðər] ['dʊrɪŋ] ['meni] ['jɪrz] .
because **of** **the** **dirt** **which** **had** **been** **allowed** **to** **gather** **during** **many** **years** **.**
因为 的 这 污垢 哪个 有 到过 允许 到 收集 期间 许多 年 .

因为多年来积聚的污垢。

[ˌaɪ 'ti:][wʌz; wəz]['ɔ:lsoʊ] ['dɪfɪkəlt] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ʌv; əv][ðə; ði] [wei] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði]['sɪti][ʌv; əv][mə'nɪlə][ɪz]
It **was** **also** **difficult** **because** **of** **the** **way** **in** **which** **the** **city** **of** **Manila** **is**
它 曾是 还 难的 因为 的 这 方式 在 哪个 这 城市 的 马尼拉 是
[bɪlt] .
built **.**
建造 .

由于马尼拉市的城市建设方式，这也增加了难度。

[ðə; ði] [graʊnd] [ɪz] [loʊ] [ænd; ənd] ['mɑ:rʃi] .
The **ground** **is** **low** **and** **marshy** **.**
这 地面 是 低的 和 沼泽地 .

地势低洼，多为沼泽地。

[tuː] [fiːt] [bɪ'loʊ] [ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] [ɜːrθ] ['ʌndər][ðə; ði]['sɪti] , ['wɔːtər][ɪz][faʊnd]['ɔːlmoʊst]
Two **feet** **below** **the** **surface** **of** **the** **earth** **under** **the** **city** **,** **water** **is** **found** **almost**
二 脚 以下 这 表面 的 这 地球 在下面 这 城市 , 水 是 成立 几乎
['evriwer] .
everywhere **.**
到处 .

在城市地下两英尺处，几乎到处都有水。

[ðɪs] [kiːps] [ðə; ði] [ɜːrθ] [dæmp] .
This **keeps** **the** **earth** **damp** **.**
这 保持 这 地球 潮湿 .

这样可以保持土壤湿润。

[ðoʊz] [huː] [bɪlt] ['haʊzɪz] [ɪn][ðə; ði][pæst] knew83
Those **who** **built** **houses** **in** **the** **past** **knew83**
那些 WHO 建造 房屋 在 这 过去的 knew83

过去建造房屋的人都知道83

[ðɪs] , [soʊ] [ðeɪ] [leɪd] [sɪ'ment] [flɔːrz] [ɪn][ðə; ði] ['beismənts] [ʌv; əv][ðer; ðər] ['bɪldɪŋz] .
this **,** **so** **they** **laid** **cement** **floors** **in** **the** **basements** **of** **their** **buildings** **.**
这 , 所以 他们 铺设 水泥 楼层 在 这 地下室 的 他们的 建筑物 .

因此，他们在建筑物的地下室铺设了水泥地面。

[bʌt; bət][ðə; ði] [sɪ'ment] [flɔːrz] [wɜːr; wər][nɑːt] [meɪd] [æz; əz] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][hæv; həv] [bɪn] .
But **the** **cement** **floors** **were** **not** **made** **as** **they** **should** **have** **been** **.**
但 这 水泥 楼层 是 不是 制成 作为 他们 应该 有 到过 .

但是水泥地面的铺设并不合格。

[ɪn'sted] [ʌv; əv] [dɪgɪŋ] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði] [ɜːrθ] [ænd; ənd] ['fɪlɪŋ] [ɪn][ðə; ði][ˌekskə'veɪʃ(ə)n] ,
Instead **of** **digging** **down** **into** **the** **earth** **and** **filling** **in** **the** **excavation** **,**
反而 的 挖掘 向下 进入 这 地球 和 填充 在 这 挖掘 ,

与其向下挖掘并回填坑洞，

['bɪldərz] [spred] [ðə; ði] [sɪ'ment] [ɑːn][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] [graʊnd] [ænd; ənd] [ðen] [bɪlt] [ðer; ðər]
builders **spread** **the** **cement** **on** **the** **surface** **of** **the** **ground** **and** **then** **built** **their**
建筑商 传播 这 水泥 在 这 表面 的 这 地面 和 然后 建造 他们的
[wɔːlz] [ə'raʊnd] [ðɪs] ['plætfɔːrm] .
walls **around** **this** **platform** **.**
墙壁 大约 这 平台 .

建筑工人将水泥铺在地面上，然后围绕这个平台建造墙壁。

[ðə; ði] [sɪ'ment] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [juːst] [hɪr] [ɪz][nɑːt][ðə; ði][best][fɔːr; fər] [sʌtʃ] [ə; eɪ] ['kʌntri] [æz; əz]
The **cement** **which** **has** **been** **used** **here** **is** **not** **the** **best** **for** **such** **a** **country** **as**
这 水泥 哪个 有 到过 用过的 这里 是 不是 这 最好的 为了 这样的 一个 国家 作为
[ðɪs] .
this **.**
这 .

这里使用的水泥并不适合像我们这样的国家。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wʌt] [ɪz] [kɔːld] ['roʊmən] [sɪ'ment] , ['veri] ['pɔːrəs] , [ænd; ənd][nɑːt][hɑːrd][ænd; ənd]['sɑːlɪd] ,
It **is** **what** **is** **called** **Roman** **cement** **,** **very** **porous** **,** **and** **not** **hard** **and** **solid** **,**
它 是 什么 是 称为 罗马 水泥 , 非常 多孔 , 和 不是 难的 和 坚硬的 ,

这就是所谓的罗马水泥，它非常多孔，而且并不坚硬结实。

[æz; əz][ɪz][ðə; ði]['pɔːrtlənd] [sɪ'ment] [ɪn][juːz][ɪn] [ə'merɪkə] .
as **is** **the** **Portland** **cement** **in** **use** **in** **America** **.**
作为 是 这 波特兰 水泥 在 使用 在 美国 .

就像美国使用的波特兰水泥一样。

[ðə; ði] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['haʊzɪz] , [æz; əz] [wel] [æz; əz][ðə; ði] [graʊnd] [flɔːrz] , [wɜːr; wər] ['veri] ['ɔːf(ə)n]

The	walls	of	the	houses	,	as	well	as	the	ground	floors	,	were	very	often
这	墙壁	的	这	房屋	,	作为	出色地	作为	这	地面	楼层	,	是	非常	经常

[ʌv; əv] [ðɪs] [sɪ'ment] .

of	this	cement	.
的	这	水泥	.

房屋的墙壁以及底层通常都是用这种水泥建造的。

[ɪf] [juː; jʊ] [teɪk] [ə; eɪ][læmp] [wɪk] [ænd; ənd][hoʊld][wʌn][end][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɪn][ɔɪl] ,

If	you	take	a	lamp	wick	and	hold	one	end	of	it	in	oil	,
如果	你	拿	一个	灯	灯芯	和	抓住	一	结尾	的	它	在	油	,

如果你取一根灯芯，将一端浸入油中，

[bɪ'fɔːr] [lɔːŋ] [nɑːt]['oʊnli] [ðæt] [end]

before	long	not	only	that	end
前	长的	不是	仅有的	那	结尾

不久之后，不仅如此.....

[bʌt; bət][ðə; ði] [hoʊl] [wɪk] [ɪz][wet][wɪð; wɪθ][ðə; ði][ɔɪl] .

but	the	whole	wick	is	wet	with	the	oil	.
但	这	所有的	灯芯	是	湿的	和	这	油	.

但整根灯芯都被油浸透了。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] ['pɔːrəs] ['faɪbɝz][ʌv; əv][ðə; ði] [wɪk] [hæv; həv] [soʊkt] [ʌp][ðə; ði][ɔɪl] .

This	is	because	the	porous	fibers	of	the	wick	have	soaked	up	the	oil	.
这	是	因为	这	多孔	纤维	的	这	灯芯	有	浸泡过	向上	这	油	.

这是因为灯芯的多孔纤维吸收了油。

[naʊ] , [ðiːz] ['pɔːrəs] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['haʊzɪz] [ɪn][mə'nɪlə] [teɪk] [ʌp][ðə; ði] ['mɔɪstʃər] [frʌm; frəm][ðə; ði]

Now	,	these	porous	walls	of	the	houses	in	Manila	take	up	the	moisture	from	the
现在	,	这些	多孔	墙壁	的	这	房屋	在	马尼拉	拿	向上	这	水分	从	这

[ɜːrθ] ,

earth	,
地球	,

现在，马尼拉房屋的这些多孔墙壁会吸收土壤中的水分。

[soʊ] [ðæt] ['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm][ɑːr; ər] [kəm'pliːtli] [soʊkt] [wɪð; wɪθ]['wɔːtər] .

so	that	many	of	them	are	completely	soaked	with	water	.
所以	那	许多	的	他们	是	完全地	浸泡过	和	水	.

所以它们中的很多都被水完全浸透了。

[wen] [ðɪs] [ɪz][ðə; ði] [keɪs] , [moʊld] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [groʊ] [ɑːn][ðə; ði] [wɔːlz] . -

When	this	is	the	case	,	mold	begins	to	grow	on	the	walls	.	84
什么时候	这	是	这	案件	,	模具	开始	到	生长	在	这	墙壁	.	-

在这种情况下，墙壁上就会开始滋生霉菌。84

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt][ʌn'juːʒuəl][tuː; tə] [siː] [wɔːlz] [kwaɪt][ˌoʊvər'groʊn][wɪð; wɪθ] [griːn] [moʊld][ænd; ənd] [mɔːs]

It	is	not	unusual	to	see	walls	quite	overgrown	with	green	mold	and	moss
它	是	不是	异常	到	看	墙壁	相当	长得太茂盛了	和	绿色的	模具	和	苔藓

[ðæt] ['ɔːlweɪz] [fiːlz] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][dæmp][tuː; tə][ðə; ði] [tʌtʃ] .

that	always	feels	a	little	damp	to	the	touch	.
那	总是	感觉	一个	小的	潮湿	到	这	触碰	.

墙壁上长满绿色霉菌和苔藓并不罕见，摸起来总是有点潮湿。

[geɪt] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] [ʌn'helθfəl] [moʊld] .

Gate	covered	with	Unhealthful	Mold	.
门	涵盖	和	不健康的	模具	.

大门上长满了有害霉菌。

[ðɪs] [groʊθ] [ɑːn][ðə; ði] [wɔːlz] [ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [hɜːrt][tuː; tə][ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv]['piːp(ə)l] ['lɪvɪŋ] [ɪn][ðə; ði]

This	growth	on	the	walls	is	a	great	hurt	to	the	health	of	people	living	in	the
这	生长	在	这	墙壁	是	一个	伟大的	伤害	到	这	健康	的	人们	活的	在	这

['haʊzɪz] .

houses	.
房屋	.

墙壁上的这种植物生长对居住在房屋中的人们的健康造成了极大的危害。

[ˌaɪ 'tiː] [briːdz] [dɪ'ziːz] , [ænd; ənd] [kiːps] [ðə; ði] ['mɔɪstʃər] [ɪn][ðə; ði] [wɔːlz] ,

It	breeds	disease	,	and	keeps	the	moisture	in	the	walls	,
它	品种	疾病	,	和	保持	这	水分	在	这	墙壁	,

它会滋生疾病，并使墙壁保持潮湿。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['haʊzɪz] [ɑːr; ər][dæmp][ænd; ənd] [ˌʌn'hoʊlsəm] .

so	that	the	houses	are	damp	and	unwholesome	.
所以	那	这	房屋	是	潮湿	和	不健康的	.

因此，房屋潮湿且不卫生。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ʌv; əv][noʊ][juːz][tuː; tə] [ʃʌt] our85

It	is	of	no	use	to	shut	our85
它	是	的	不	使用	到	关闭	our85

关闭我们的85号机毫无用处。

['wɪndoʊz] [æt; ət] [naɪt] ,

windows	at	night	,
视窗	在	夜晚	,

夜晚的窗户

[fɔːr; fər][ðə; ði] ['ɜːrli] ['mɔːrnɪŋ] [tʃɪl] [ðæt] [wiː; wi][hoʊp] [ðʌs] [tuː; tə] [ʃʌt] [aʊt][ɪz][ɪn][ðə; ði] [wɔːlz]

for	the	early	morning	chill	that	we	hope	thus	to	shut	out	is	in	the	walls
为了	这	早期的	早晨	寒意	那	我们	希望	因此	到	关闭	出去	是	在	这	墙壁

[ðəm'selvz] .

themselves	.
他们自己	.

我们希望以此阻挡的清晨寒意，其实存在于墙壁之中。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][fɑːr] ['betər] [tuː; tə] [liːv] [ðə; ði] ['wɪndoʊz] ['oʊpən] ,

It	is	far	better	to	leave	the	windows	open	,
它	是	远的	更好的	到	离开	这	视窗	打开	,

最好还是把窗户打开。

[ðæt] [freʃ] [er] [meɪ] [kʌm] [ɪn][ænd; ənd] [draɪv] [aʊt] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['pɔɪzənəs] ['veipəz] [ðæt] [raɪz]

that	fresh	air	may	come	in	and	drive	out	some	of	the	poisonous	vapors	that	rise
那	新鲜的	空气	可能	来	在	和	驾驶	出去	一些	的	这	有毒	蒸汽	那	上升

[frʌm; frəm][ðə; ði] [wɔːlz] [ænd; ənd] [kriːp] ['ɪntuː][ðə; ði] [haʊs] .

from	the	walls	and	creep	into	the	house	.
从	这	墙壁	和	潜行者	进入	这	房子	.

新鲜空气可以进入室内，驱散从墙壁上升起并渗入屋内的有毒气体。

[ðə; ði] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] [haʊs] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kept] [kliːn] [ʌv; əv][moʊld] .

The	walls	of	the	house	should	be	kept	clean	of	mold	.
这	墙壁	的	这	房子	应该	是	保留	干净的	的	模具	.

房屋墙壁应保持清洁，防止霉菌滋生。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [skreɪpt] [ænd; ənd] ['hwaɪtˌwɔʃt] ['veri] ['ɔːf(ə)n] , [ænd; ənd][ðə; ði] [griːn] ,

They	should	be	scraped	and	whitewashed	very	often	,	and	the	green	,
他们	应该	是	刮擦	和	粉刷过的	非常	经常	,	和	这	绿色的	,

[ʌn'helθi] [groʊθ] [kept] [daʊn] .

unhealthy	growth	kept	down	.
不良	生长	保留	向下	.

应该经常刮除并粉刷，并清除绿色、不健康的植物。

[ɪn][ðə; ði] ['sɪtiz] [ʌv; əv] ['jʊrəp] [ænd; ənd] [ə'merɪkə] [ðer; ðər][ɑːr; ər] [greɪt] ['suːər] ['sɪstəmz] [tuː; tə] [teɪk]

In	the	cities	of	Europe	and	America	there	are	great	sewer	systems	to	take
在	这	城市	的	欧洲	和	美国	那里	是	伟大的	下水道	系统	到	拿

[ðə; ði] [weɪst] [ænd; ənd] [rɪ'fjuːz] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['haʊzɪz] [ænd; ənd] ['kæri] [ˌaɪ 'tiː][fɑːr][frʌm; frəm][ðə; ði]

the	waste	and	refuse	from	the	houses	and	carry	it	far	from	the
这	浪费	和	拒绝	从	这	房屋	和	携带	它	远的	从	这

['sɪti] .

city	.
城市	.

欧洲和美国的城市都有庞大的下水道系统，可以将房屋产生的垃圾和废物运送到远离城市的地区。

[ðə; ði] ['suːərz] ['empti] ['ɪntuː][ðə; ði] [siː] [ɔːr]['ɪntuː] ['dreɪnɪdʒ] [kə'nælz] ,

The	sewers	empty	into	the	sea	or	into	drainage	canals	,
这	下水道	空的	进入	这	海	或者	进入	引流	运河	,

下水道的污水排入大海或排水沟渠。

[ænd; ənd] [ðens] [tuː; tə] [pɔɪnts] [wer] [ðə; ði] ['suːɪdʒ] [kæn; kən][biː; bi] [dɪ'strɔɪd] [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl]

and	thence	to	points	where	the	sewage	can	be	destroyed	so	that	it	will
和	因此	到	积分	在哪里	这	污水	能	是	损毁	所以	那	它	将要

[nɑːt][ɪn'deɪndʒər][laɪf] .

not	endanger	life	.
不是	危害	生活	.

然后运往污水处理厂，对污水进行销毁，以免危及生命。

[ðə; ði] ['sɪti] [ʌv; əv] [mə'nɪlə] [hæz; həz] [sʌm; səm] ['suːərz] .

The	city	of	Manila	has	some	sewers	.
这	城市	的	马尼拉	有	一些	下水道	.

马尼拉市有一些下水道。

[wiː; wi][kæn; kən] [siː] [ðə; ði] ['oʊpənɪŋz] ['ɪntuː][ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði] [striːts] .

We	can	see	the	openings	into	them	in	the	streets	.
我们	能	看	这	开口	进入	他们	在	这	街道	.

我们可以在街道上看到通往这些建筑的入口。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [smɔːl] , [skwer] ['oʊpənɪŋz] , ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] [stoʊn] .

They	are	small	,	square	openings	,	covered	with	stone	.
他们	是	小的	,	正方形	开口	,	涵盖	和	石头	.

它们是小小的方形开口，用石头覆盖着。

[bʌt; bət][ðə; ði] ['suːərz] [ðæt] [rʌn] [θruː] [ðə; ði] [striːts] ['empti] ['ɪntuː][ðə; ði]['oʊpən] [moʊt] [ðæt]

But	the	sewers	that	run	through	the	streets	empty	into	the	open	moat	that
但	这	下水道	那	跑步	通过	这	街道	空的	进入	这	打开	护城河	那

[sə'raʊndz] [ðə; ði] [wɔːld] ['sɪti] !

surrounds	the	walled	city	!
周围环境	这	有围墙的	城市	!

但是，贯穿街道的下水道都排入环绕这座城墙城市的露天护城河中！

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [bɪ'kʌm] ['nesəseri] , [bɪ'fɔːr] ['meni] ['jɪrz] , [tuː; tə] [fɪl] this86

It	will	become	necessary	,	before	many	years	,	to	fill	this86
它	将要	变得	必要的	,	前	许多	年	,	到	充满	this86

多年以后，就有必要填补这个86

[moʊt] , [tuː; tə] [seɪv] [ðə; ði]['piːp(ə)l][ʌv; əv][mə'nɪlə][frʌm; frəm] ['biːɪŋ] [kɪld] [baɪ][ðə; ði]['gæsɪz] [ðæt] [raɪz]

moat	,	to	save	the	people	of	Manila	from	being	killed	by	the	gases	that	rise
护城河	,	到	节省	这	人们	的	马尼拉	从	存在	被杀	经过	这	气体	那	上升

[frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .

from	it	.
从	它	.

护城河，是为了保护马尼拉人民免受护城河冒出的毒气的毒害。

[dæmp] [wɔ:lz] , [dæmp] [flɔ:rz] , [dæmp][ru:mz; rʊmz][kloʊz][tu:; tə][ðə; ði] [graʊnd] ,

Damp	**walls**	**,**	**damp**	**floors**	**,**	**damp**	**rooms**	**close**	**to**	**the**	**ground**	**,**
潮湿	墙壁	,	潮湿	楼层	,	潮湿	房间	关闭	到	这	地面	,

潮湿的墙壁、潮湿的地板、靠近地面的潮湿房间

[meɪk] [ðə; ði] ['veri] [best] [sɔ:rt][ʌv; əv]['pleɪsɪz][fɔ:r; fər][dɜ:rt][tu:; tə]['gæðər] .

make	**the**	**very**	**best**	**sort**	**of**	**places**	**for**	**dirt**	**to**	**gather**	**.**
制作	这	非常	最好的	种类	的	地方	为了	污垢	到	收集	.

造就了最适合泥土堆积的地方。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][nɑ:t] [ɪ'nʌf] [ðæt] [wɔ:lz] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [skreɪpt] [ænd; ənd] [flɔ:rz] [kli:nd] [wʌns][ɪn][ə; eɪ]

It	**is**	**not**	**enough**	**that**	**walls**	**should**	**be**	**scraped**	**and**	**floors**	**cleaned**	**once**	**in**	**a**
它	是	不是	足够的	那	墙壁	应该	是	刮擦	和	楼层	已清洗	一次	在	一个

[waɪl] ;

while	**;**
尽管	;

仅仅偶尔刮擦墙壁、清洁地板是不够的;

[ðeɪ] [mʌst; məst][bi:; bi] [kept] [kli:n] [ɔ:l][ðə; ði][taɪm] .

they	**must**	**be**	**kept**	**clean**	**all**	**the**	**time**	**.**
他们	必须	是	保留	干净的	全部	这	时间	.

它们必须时刻保持清洁。

[ðɪs] [ɪz] [waɪ] ['sænəteri] [ɪn'spektəz] [goʊ][ə'baʊt][ðə; ði]['sɪti][tu:; tə][ɪg'zæmɪn] ['haʊzɪz] [ænd; ənd] [wɔ:lz]

This	**is**	**why**	**sanitary**	**inspectors**	**go**	**about**	**the**	**city**	**to**	**examine**	**houses**	**and**	**walls**
这	是	为什么	卫生	检查员	去	关于	这	城市	到	检查	房屋	和	墙壁

[ænd; ənd][rɪ'pɔ:rt][ɑ:n][ðer; ðər][kən'dɪʃ(ə)n] .

and	**report**	**on**	**their**	**condition**	**.**
和	报告	在	他们的	状况	.

这就是为什么卫生检查员要走遍全城，检查房屋和墙壁，并报告其状况的原因。

[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi][glæd] [ðæt] [ðeɪ] [du:] [ðɪs] ;

We	**should**	**be**	**glad**	**that**	**they**	**do**	**this**	**;**
我们	应该	是	高兴的	那	他们	做	这	;

我们应该为他们这样做感到高兴;

[fɔ:r; fər][wi:; wi] [noʊ] [ðæt] [ɪf] [ðeɪ] [ɑ:r; ər]['feɪθf(ə)l] [ə'baʊt][ˌaɪ 'ti:] ,

for	**we**	**know**	**that**	**if**	**they**	**are**	**faithful**	**about**	**it**	**,**
为了	我们	知道	那	如果	他们	是	忠实	关于	它	,

因为我们知道，如果他们忠于此事，

[ðə; ði]['sɪti] [wɪl] [bi:; bi] [mɔ:r] ['helθf(ə)l] [ænd; ənd] ['meni] [laɪvz; lɪvz] [wɪl] [bi:; bi] [seɪvd] .

the	**city**	**will**	**be**	**more**	**healthful**	**and**	**many**	**lives**	**will**	**be**	**saved**	**.**
这	城市	将要	是	更多的	健康的	和	许多	生活	将要	是	已保存	.

城市环境将更加健康，许多生命也将得以挽救。

[ðə; ði][dɜ:rt] [ðæt] ['gæðərz] [ɪn][ðə; ði] [stri:ts] [ɪz][ʌv; əv] ['meni] ['sɔrts] .

The	**dirt**	**that**	**gathers**	**in**	**the**	**streets**	**is**	**of**	**many**	**sorts**	**.**
这	污垢	那	聚集	在	这	街道	是	的	许多	排序	.

街道上积聚的污垢种类繁多。

[ə; eɪ] [greɪt] [di:l] [ɪz] [meɪd] [baɪ][ðə; ði]['hɔ:rsɪz][ænd; ənd][,kærə'beiəu] , [mju:lz][ænd; ənd]['ɑ:ksn] ,

A	**great**	**deal**	**is**	**made**	**by**	**the**	**horses**	**and**	**carabaos**	**,**	**mules**	**and**	**oxen**	**,**
一个	伟大的	交易	是	制成	经过	这	马匹	和	水牛	,	骡子	和	牛	,

马、水牛、骡子和牛创造了大量的产出。

[ðæt] [drɔ:] ['loʊdz][ə'baʊt][ðə; ði]['sɪti] .

that	**draw**	**loads**	**about**	**the**	**city**	**.**
那	画	负载	关于	这	城市	.

吸引大量人群涌入这座城市。

[ðə; ði] [wiːlz] [ʌv; əv][ðə; ði]['viːək(ə)lz] , [tuː] , [graɪnd][ðə; ði][stoʊn] ['peɪvmənt] [tuː; tə][dʌst] ,

The	wheels	of	the	vehicles	,	too	,	grind	the	stone	pavement	to	dust	,
这	车轮	的	这	车辆	,	也	,	研磨	这	石头	路面	到	灰尘	,

车辆的车轮也将石板路面碾成粉末。

[ænd; ənd] [ðɪs] [ɪz] [bloʊn] [ə'baʊt][baɪ][ðə; ði][wɪnd] .

and	this	is	blown	about	by	the	wind	.
和	这	是	吹	关于	经过	这	风	.

它被风吹得四处飘荡。

[ded] [liːvz] [drɑːp][frʌm; frəm][ðə; ði] [triːz] , [tʃoʊk] [ʌp][ðə; ði]['gʌtərs] , [ænd; ənd] , [left][tuː; tə]

Dead	leaves	drop	from	the	trees	,	choke	up	the	gutters	,	and	,	left	to
死的	树叶	降低	从	这	树木	,	呛	向上	这	排水沟	,	和	,	左边	到

[ðəm'selvz] ,

themselves	,
他们自己	,

枯叶从树上飘落，堵塞排水沟，如果任其自然发展，

[wɪl] [meɪk] ['sɑːd(ə)n] ['mæsɪz] [ʌv; əv] [dɪ'keɪd] [ˌvedʒə'teɪʃn] [ɪn]['kɔːrnərz] .

will	make	sodden	masses	of	decayed	vegetation	in	corners	.
将要	制作	烂	群众	的	腐烂的	植被	在	角落	.

会在角落里形成一堆堆腐烂的植被。

[weɪst] ['peɪpər] [bloʊz] [ə'baʊt] , and87

Waste	paper	blows	about	,	and87
浪费	纸	打击	关于	,	and87

废纸四处飘散，87

[ɔːl] ['sɔrts] [ʌv; əv] [ˌʌn'kliːn] [θɪŋz] [ɑːr; ər] [θroʊn] ['ɪntuː][ðə; ði] [striːts] [baɪ] ['kerləs] ['piːp(ə)l] .

all	sorts	of	unclean	things	are	thrown	into	the	streets	by	careless	people	.
全部	排序	的	不洁	事物	是	抛掷	进入	这	街道	经过	粗心	人们	.

粗心的人把各种各样的脏东西扔到街上。

[ˌaɪ 'tiː] [teɪks] [ə; eɪ] [smɔːl] ['ɑːrmi][ʌv; əv]['læbɔːərz][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [striːts] [ɪn]['ɔːrdər] .

It	takes	a	small	army	of	laborers	to	keep	the	streets	in	order	.
它	需要	一个	小的	军队	的	劳工	到	保持	这	街道	在	命令	.

维持街道秩序需要大量劳动者。

[ðeɪ] [goʊ]['oʊvər][ðə; ði]['sɪti][wɪð; wɪθ] [bruːmz] , ['ʃʌvlz] , [ænd; ənd][dʌst] - [bɑːksɪz] ,

They	go	over	the	city	with	brooms	,	shovels	,	and	dust	-	boxes	,
他们	去	超过	这	城市	和	扫帚	,	铲子	,	和	灰尘	-	盒子	,

他们带着扫帚、铲子和集尘箱走遍了整个城市。

[ænd; ənd] [swiːp] [ænd; ənd] ['gæðər] [ʌp] [rɪ'fjuːz] [ænd; ənd][dɜːrt] .

and	sweep	and	gather	up	refuse	and	dirt	.
和	扫	和	收集	向上	拒绝	和	污垢	.

清扫并收集垃圾和污垢。

[ðeɪ] [pʊt] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][kɑːrts][ænd; ənd] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː] [ə'weɪ] [tuː; tə] [wer] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['loʊdɪd] [ə'pɑːn] [bɑːdʒz]

They	put	it	into	carts	and	take	it	away	to	where	it	is	loaded	upon	barges
他们	放	它	进入	购物车	和	拿	它	离开	到	在哪里	它	是	已加载	之上	驳船

[ænd; ənd][sent] [aʊt] [tuː; tə] [siː] ,

and	sent	out	to	sea	,
和	发送	出去	到	海	,

他们把货物装上马车，运到装船的地方，然后装上驳船，运往大海。

[ɔːr] [juːst] [tuː; tə] [fɪl] [ɪn] [loʊ] ['pleɪsɪz] [wer] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][duː][noʊ][hɑːrm] .

or	used	to	fill	in	low	places	where	it	can	do	no	harm	.
或者	用过的	到	充满	在	低的	地方	在哪里	它	能	做	不	伤害	.

或者用来填平低洼处，这样就不会造成任何损害。

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ðæt] [iːtʃ] [ʌv; əv][juː 'es][kæn; kən][duː][tuː; tə][help] [kiːp] [ðə; ði] [striːts]

There	is	a	great	deal	that	each	of	us	can	do	to	help	keep	the	streets
那里	是	一个	伟大的	交易	那	每个	的	我们	能	做	到	帮助	保持	这	街道

[kliːn] .

clean	.
干净的	.

我们每个人都可以为保持街道清洁做很多事情。

[noʊ][wʌn][ʃʊd; ʃəd]['evər][duː] ['eniθɪŋ] [ðæt] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [liːv] ['eni][dɜːrt][ə'baʊt][ðem; ðəm] .

No	one	should	ever	do	anything	that	is	likely	to	leave	any	dirt	about	them	.
不	一	应该	曾经	做	任何事物	那	是	可能	到	离开	任何	污垢	关于	他们	.

任何人都不应该做任何可能给自己留下污点的事情。

[bə'nænə][ænd; ənd] ['ɔrɪndʒ] [piːl] [ʃʊd; ʃəd]['nevər][biː; bi] [θroʊn] [ɑːn][ðə; ði]['saɪdwɔːk] .

Banana	and	orange	peel	should	never	be	thrown	on	the	sidewalk	.
香蕉	和	橙子	果皮	应该	绝不	是	抛掷	在	这	人行道	.

香蕉皮和橘子皮绝对不应该扔在人行道上。

[ðɪs] [ɪz][nɑːt]['oʊnli][ə; eɪ]['dɜːrti][ænd; ənd][ʌn'taɪdi] [trɪk] ,

This	is	not	only	a	dirty	and	untidy	trick	,
这	是	不是	仅有的	一个	肮脏的	和	凌乱	诡计	,

这不仅是一种卑鄙无耻的伎俩，

[bʌt; bət]['ɔːf(ə)n][ə; eɪ][bɪt][ʌv; əv] [piːl] [dʌz] ['sɪriəs] ['mɪstʃɪf] ; [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n] [meɪ] [step][ə'pɑːn][wʌn] ,

but	often	a	bit	of	peel	does	serious	mischief	;	a	person	may	step	upon	one	,
但	经常	一个	少量	的	果皮	做	严肃的	恶作剧	;	一个	人	可能	步	之上	一	,

但有时，一小块果皮就会造成严重危害；人可能会踩到它。

[slɪp] , [ænd; ənd][get][ə; eɪ]['veri] ['deɪndʒərəs][fɔːl] .

slip	,	and	get	a	very	dangerous	fall	.
滑	,	和	得到	一个	非常	危险的	落下	.

滑倒，摔得很危险。

[skuːl] ['tʃɪldrən] [ɑːr; ər][ðə; ði]['veri] [best][sɔːrt][ʌv; əv] ['hɛlpɚz] [tuː; tə][ðə; ði] [striːt] - ['kliːnɪŋ]

School	children	are	the	very	best	sort	of	helpers	to	the	street	-	cleaning
学校	孩子们	是	这	非常	最好的	种类	的	助手	到	这	街道	-	打扫

[dɪ'pɑːrtmənt] .

department	.
部门	.

学龄儿童是街道清洁部门最好的帮手。

[ðeɪ] [kæn; kən][fɔːrm] [wʌt] [ɑːr; ər] [kɔːld] “ [gʊd] - ['gʌvərnmənt] ” [klʌbz][ɔːr] [sə'saiətiz] , [tuː; tə][help] .

They	can	form	what	are	called	“	Good	-	Government	”	clubs	or	societies	,	to	help	.
他们	能	形式	什么	是	称为	“	好的	-	政府	”	俱乐部	或者	社会	,	到	帮助	.

他们可以成立所谓的“良政”俱乐部或社团来提供帮助。

[ðeɪ] [kæn; kən] [kiːp] [ə; eɪ] [ʃɑːrp] ['lʊkaʊt] [fɔːr; fər] ['kerləs] ['piːp(ə)l] [huː] [ɑːr; ər][ə'baʊt][tuː; tə] [θroʊ]

They	can	keep	a	sharp	lookout	for	careless	people	who	are	about	to	throw
他们	能	保持	一个	锋利的	瞭望台	为了	粗心	人们	WHO	是	关于	到	扔

['peɪpər][ɔːr] fruit88

paper	or	fruit88
纸	或者	fruit88

他们可以密切留意那些粗心大意、准备乱扔纸屑或水果的人88

['perɪŋz] ['ɪntuː][ðə; ði] [striːt] .

parings	into	the	street	.
配对	进入	这	街道	.

把车停在街上。

[wen] [ðeɪ] [siː] ['eni][wʌn]['duːɪŋ] [ðɪs] ,

When	they	see	any	one	doing	this	,
什么时候	他们	看	任何	一	正在做	这	,

当他们看到有人这样做时，

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi][əˈfreɪd][tuː; tə][rɪˈmaɪnd][hɪm; ɪm] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ə; eɪ] [ˈdeɪndʒərəs] [ænd; ənd][æn; ən]

they	should	not	be	afraid	to	remind	him	that	it	is	a	dangerous	and	an
他们	应该	不是	是	害怕的	到	提醒	他	那	它	是	一个	危险的	和	一个

[ʌnˈtaɪdi] [θɪŋ] [tuː; tə][duː] .

untidy	thing	to	do	.
凌乱	事物	到	做	.

他们不应该害怕提醒他，这样做既危险又不雅。

[moʊst] [greɪt] [ˈsɪtiz] [naʊ] [prəˈvaɪd] [ʃiːt] - [ˈaɪərn][bɑːksɪz] [əˈlɔːŋ] [ðə; ðɪ] [ˈsaɪdwɔːk] [tuː; tə] [rɪˈsiːv] [ɔːl]

Most	great	cities	now	provide	sheet	-	iron	boxes	along	the	sidewalks	to	receive	all
最多	伟大的	城市	现在	提供	床单	-	铁	盒子	沿着	这	人行道	到	收到	全部

[ðiːz] [θɪŋz] .

these	things	.
这些	事物	.

现在大多数大城市都在人行道旁设置了铁皮箱，用来收集这些东西。

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][hæv; həv][ðem; ðəm][ɪn][məˈnɪlə] .

We	should	have	them	in	Manila	.
我们	应该	有	他们	在	马尼拉	.

我们应该在马尼拉也配备它们。

[ðə; ðɪ] [ˈtʃɪldrən] [kʊd; kəd] [ðen] [pɔɪnt] [ðem; ðəm] [aʊt] [tuː; tə] [ˈeni] [wʌn] [huː] [ˈniːdɪd] [tuː; tə][hæv; həv]

The	children	could	then	point	them	out	to	any	one	who	needed	to	have
这	孩子们	可以	然后	观点	他们	出去	到	任何	一	WHO	需要	到	有

[hɪz; ɪz] [əˈtenʃ(ə)n] [kɔːld] [tuː; tə][ðem; ðəm] .

his	attention	called	to	them	.
他的	注意力	称为	到	他们	.

孩子们可以把它们指给任何需要引起注意的人。

[ɪf] [ðeɪ] [sɔː] [ˈpeɪpər][ɔːr] [ˈpiːˌlɪŋz] [ˈlaɪɪŋ] [əˈbaʊt] , [ðə; ðɪ] [bɔɪz] [maɪt] [pɪk] [ðem; ðəm][ʌp] ,

If	they	saw	paper	or	peelings	lying	about	,	the	boys	might	pick	them	up	,
如果	他们	锯	纸	或者	果皮	说谎	关于	,	这	男孩们	可能	挑选	他们	向上	,

如果他们看到地上有纸屑或果皮，男孩们可能会捡起来。

[ɪf] [noʊ] [striːt] - [ˈkliːnər] [wɜːr; wər] [nɪr] , [ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm][ˈɪntuː][ðə; ðɪ][bɑːksɪz] .

if	no	street	-	cleaner	were	near	,	and	put	them	into	the	boxes	.
如果	不	街道	-	清洁工	是	靠近	,	和	放	他们	进入	这	盒子	.

如果没有清洁工在附近，就把它们放进箱子里。

[wiː; wi] [meɪ] [biː; bi] [ʃʊr] [ðæt] [ˈgɝːlz][ænd; ənd] [bɔɪz] [huː] [wɜːr; wər] [ðʌs] [ˈkerf(ə)l] ,

We	may	be	sure	that	girls	and	boys	who	were	thus	careful	,
我们	可能	是	当然	那	女孩们	和	男孩们	WHO	是	因此	小心	,

我们可以肯定，那些如此谨慎的男孩女孩们

[ˈnevər] [wʊd] [duː] [ˈeniθɪŋ] [ðəmˈselvz] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ðɪ] [ˈsɪti] [ʌnˈtaɪdi] .

never	would	do	anything	themselves	to	make	the	city	untidy	.
绝不	会	做	任何事物	他们自己	到	制作	这	城市	凌乱	.

他们绝不会做任何让城市变得脏乱的事情。

[ðeɪ] [wʊd] [nɑːt] [θroʊ] [ˈpeɪpər][ænd; ənd] [ˈpiːˌlɪŋz] [əˈbaʊt] , [nɔːr][spɪt][əˈpɑːn][ðə; ðɪ] [ˈsaɪdwɔːk] .

They	would	not	throw	paper	and	peelings	about	,	nor	spit	upon	the	sidewalks	.
他们	会	不是	扔	纸	和	果皮	关于	,	也不	吐	之上	这	人行道	.

他们不会乱扔纸屑和果皮，也不会在人行道上吐痰。

[ˈiːv(ə)n] [skuːl] [ˈtʃɪldrən] [ɔːt] [tuː; tə] [rɪˈmembər] [ðæt] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [ˈgroʊɪŋ] [ʌp][tuː; tə][biː; bi] [ˈsɪtəznz]

Even	school	children	ought	to	remember	that	they	are	growing	up	to	be	citizens
甚至	学校	孩子们	应该	到	记住	那	他们	是	生长	向上	到	是	公民

.

.
.

即使是小学生也应该记住，他们正在成长为公民。

[ðeɪ] ['kænɑ:t] [bɪ'gɪn] [tu:] [jʌŋ] [tu:; tə] [teɪk] [praɪd] [ɪn][ðer; ðər] ['sɪti] [ɔ:r] [taʊn] [ɔ:r] ['vɪlɪdʒ] [ænd; ənd][traɪ]

They	cannot	begin	too	young	to	take	pride	in	their	city	or	town	or	village	and	try
他们	不能	开始	也	年轻的	到	拿	自豪	在	他们的	城市	或者	镇	或者	村庄	和	尝试

[tu:; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][best] - ['gʌvənd] ['pleɪsɪz][ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] .

to	make	it	one	of	the	best	-	governed	places	in	the	country	.
到	制作	它	一	的	这	最好的	-	受统治	地方	在	这	国家	.

他们从小就应该对自己的城市、城镇或乡村感到自豪，并努力将其建设成为全国治理最好的地方之一。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [teɪk] [praɪd][ɪn] ['ki:pɪŋ] [sku:l] ['bɪldɪŋz] [naɪs] .

They	should	take	pride	in	keeping	school	buildings	nice	.
他们	应该	拿	自豪	在	保持	学校	建筑物	好的	.

他们应该以保持学校建筑整洁美观为荣。

['i:v(ə)n] [ɪf] [ði:z] ['bɪldɪŋz] [ɑ:r; ər][oʊld] , [æz; əz][soʊ] ['meni] [ɑ:r; ər] , [æt; ət]['prez(ə)nt] , -

Even	if	these	buildings	are	old	,	as	so	many	are	,	at	present	,	89
甚至	如果	这些	建筑物	是	老的	,	作为	所以	许多	是	,	在	展示	,	-

即使这些建筑很老旧，就像现在很多建筑一样，89

[ɪn][ðə; ði]['aɪləndz] ,

in	the	islands	,
在	这	岛屿	,

在岛屿上，

[ðeɪ] [kæn; kən] [stɪl] [bi:; bi] [kept] [soʊ] [kli:n] [ðæt] ['eni] [wʌn] ['entərɪŋ] [wɪl] [noʊ] [ðæt] [ðə; ði]['pju:p(ə)lz]

they	can	still	be	kept	so	clean	that	any	one	entering	will	know	that	the	pupils
他们	能	仍然	是	保留	所以	干净的	那	任何	一	进入	将要	知道	那	这	学生

[ɑ:r; ər][self] - ['gʌvərnɪŋ] ,

are	self	-	governing	,
是	自己	-	治理	,

它们仍然可以保持得非常干净，以至于任何进入校园的人都会知道学生们是自治的。

['ɔ:rdər] - ['lʌvɪŋ] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝ:lz] , [hu:] [wɪl] [sʌm; səm] [deɪ] [bi:; bi][self] - ['gʌvərnɪŋ] [ænd; ənd]

order	-	loving	boys	and	girls	,	who	will	some	day	be	self	-	governing	and
命令	-	爱	男孩们	和	女孩们	,	WHO	将要	一些	天	是	自己	-	治理	和

['ɔ:rdər] - ['lʌvɪŋ] ['sɪtəznz] .

order	-	loving	citizens	.
命令	-	爱	公民	.

热爱秩序的男孩女孩，将来会成为能够自治且热爱秩序的公民。

[ðə; ði]['elɪmənts; 'eləmənts][ʌv; əv] [gʊd] ['lɪvɪŋ] [ɑ:r; ər] , ['æftər][ɔ:l] , ['veri] ['sɪmp(ə)l] .

The	elements	of	good	living	are	,	after	all	,	very	simple	.
这	元素	的	好的	活的	是	,	后	全部	,	非常	简单的	.

美好生活的要素其实非常简单。

[ɪf] [wi:; wi] [wʊd] [lɪv; laɪv] [lɔ:ŋ] [ænd; ənd] [ki:p] ['aʊər; ɑ:r] ['bɑ:dɪz] [ɪn][kən'dɪʃ(ə)n][tu:; tə][du:][ðer; ðər][wɜ:rk]

If	we	would	live	long	and	keep	our	bodies	in	condition	to	do	their	work
如果	我们	会	居住	长的	和	保持	我们的	身体	在	状况	到	做	他们的	工作

,

,

,

如果我们能够长寿并保持身体健康，能够胜任各种工作，

[wi:; wi][mʌst; məst][bi:; bi] [kli:n] .

we	must	be	clean	.
我们	必须	是	干净的	.

我们必须保持清洁。

[wiː; wi][mʌst; məst][hæv; həv] [kliːn] [səˈraʊndɪŋz] ; [wiː; wi][mʌst; məst][drɪŋk] [pjʊr] [ˈwɔːtər][ænd; ənd] [iːt]

We	must	have	clean	surroundings	;	we	must	drink	pure	water	and	eat
我们	必须	有	干净的	周围环境	;	我们	必须	喝	纯的	水	和	吃

[kliːn] , [ˈhoʊlsəm] [fuːd] .

clean	,	wholesome	food	.
干净的	,	健康	食物	.

我们必须拥有清洁的环境；我们必须饮用纯净的水，食用干净、健康的食物。

[wiː; wi][mʌst; məst][nɑːt] [iːt] [ɔːr][drɪŋk] [θɪŋz] [ðæt] [wɪl] [hɜːrt][ˌjuː ˈes] .

We	must	not	eat	or	drink	things	that	will	hurt	us	.
我们	必须	不是	吃	或者	喝	事物	那	将要	伤害	我们	.

我们不应该吃或喝任何会伤害我们的东西。

[wiː; wi][mʌst; məst][duː] [ˈnʌθɪŋ] [ðæt] [wɪl] [meɪk] [ˈaʊər; ɑːr] [ˈbɑːdɪz] [les] [fɪt] [ˈdwelɪŋ] - [ˈpleɪsɪz][fɔːr; fər]

We	must	do	nothing	that	will	make	our	bodies	less	fit	dwelling	-	places	for
我们	必须	做	没有什么	那	将要	制作	我们的	身体	较少的	合身	住宅	-	地方	为了

[ˈaʊər; ɑːr] [soʊlz] .

our	souls	.
我们的	灵魂	.

我们绝不能做任何会使我们的身体不再适合灵魂栖息的事情。

[wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi] [ˈɑːnɪst] [ænd; ənd][kaɪnd] ,

We	must	be	honest	and	kind	,
我们	必须	是	诚实的	和	种类	,

我们必须诚实善良。

[ˈredi] [tuː; tə][help][ænd; ənd][tuː; tə] [teɪk] [pɑːrt][ɪn] [ˈkiːpɪŋ] [ˈevriθɪŋ] [əˈbaʊt][ˌjuː ˈes] [kliːn] [ænd; ənd]

ready	to	help	and	to	take	part	in	keeping	everything	about	us	clean	and
准备好	到	帮助	和	到	拿	部分	在	保持	一切	关于	我们	干净的	和

[wel] [ˈɔːrdərd] .

well	ordered	.
出色地	订购	.

乐于助人，并积极参与保持我们周围的一切清洁有序。

[ðʌs] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][biː; bi][ˈjuːsf(ə)l] [ˈsɪtəznz] ,

Thus	we	shall	be	useful	citizens	,
因此	我们	将	是	有用	公民	,

这样我们就能成为对社会有用的公民。

[iːtʃ] [ˈredi] [tuː; tə][duː][hɪz; ɪz] [oʊn] [pɑːrt][tuː; tə] [meɪk] [ðɪs] [wɜːrld][ðə; ði] [pleɪs] [ˌaɪ ˈtiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] .

each	ready	to	do	his	own	part	to	make	this	world	the	place	it	should	be	.
每个	准备好	到	做	他的	自己的	部分	到	制作	这	世界	这	地方	它	应该	是	.

每个人都准备尽自己的一份力，让这个世界变成它应该成为的样子。

[ˈkwestʃənz] .

QUESTIONS	.
问题	.

问题。

[wʌt] [ɑːr; ər][ðə; ði] [ˈkɔːzɪz] [ʌv; əv][ˌepiˈdemiks] ?

What	are	the	causes	of	epidemics	?
什么	是	这	原因	的	流行病	?

流行病的成因是什么?

[waɪ] [ɑːr; ər][dæmp] [wɔːlz] [ænd; ənd] [flɔːrz] [ʌnˈhelθfəl] ?

Why	are	damp	walls	and	floors	unhealthful	?
为什么	是	潮湿	墙壁	和	楼层	不健康的	?

为什么潮湿的墙壁和地板对健康有害?

[ɪz][ˌaɪ ˈtiː][best] , [ɪn] [ðɪs] [ˈkʌntri] , [tuː; tə] [sliːp] [wɪð; wɪθ][ˈaʊər; ɑːr] [ˈwɪndoʊz] [kloʊzd] ? -

Is	it	best	,	in	this	country	,	to	sleep	with	our	windows	closed	?	90
是	它	最好的	,	在	这	国家	,	到	睡觉	和	我们的	视窗	关闭	?	-

在这个国家，睡觉时关上窗户是最好的吗? 90

[wer] [ʃʊd; ʃəd] ['suːərz] ['empti] ?
Where should sewers empty ?
在哪里 应该 下水道 空的 ?

污水应该排到哪里?

[waɪ] [ɪz][ðə; ði] ['suːər] ['sɪstəm] [ʌv; əv][mə'nɪlə][ə; eɪ][bæd][wʌn] ?
Why is the sewer system of Manila a bad one ?
为什么 是 这 下水道 系统 的 马尼拉 一个 坏的 一 ?

为什么马尼拉的下水道系统很糟糕?

[wʌt] [sɔːrt][ʌv; əv][dɜːrt] ['gæðərz] [ɪn][ðə; ði] [striːts] ?
What sort of dirt gathers in the streets ?
什么 种类 的 污垢 聚集 在 这 街道 ?

街道上会积聚什么样的污垢?

[haʊ] [kæn; kən] [skuːl] ['tʃɪldrən] [help][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['sɪti] [kliːn] ?
How can school children help to keep the city clean ?
如何 能 学校 孩子们 帮助 到 保持 这 城市 干净的 ?

小学生如何才能帮助保持城市清洁?

[wʌt] [ʃʊd; ʃəd][wiː; wi][ɔːl][traɪ][tuː; tə][duː] [ɪf] [wiː; wi] [wʊd] [lɪv; laɪv] [lɔːŋ] ?
What should we all try to do if we would live long ?
什么 应该 我们 全部 尝试 到 做 如果 我们 会 居住 长的 ?

如果我们想长寿，我们应该努力做些什么?

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'tiː]['aʊər; ɑːr]['duːti][tuː; tə][duː] [ðiːz] [θɪŋz] ?
Why is it our duty to do these things ?
为什么 是 它 我们的 责任 到 做 这些 事物 ?

我们为什么有责任做这些事?

[-] [noʊts]
TRANSCRIBER'S NOTES
转录员的 笔记

转录员笔记

['saɪləntli] [kə'rektɪd] [ˌtaɪpə'græfɪk(ə)l] ['erərz] [ænd; ənd][,veəriː'eiʃənz][ɪn] ['spelɪŋ] .
Silently corrected typographical errors and variations in spelling .
默默 已更正 印刷 错误 和 变体 在 拼写 .

默默地改正了拼写错误和排版差异。

[ɑːr'keɪɪk] , [nɑːn] - ['stændərd] , [ænd; ənd][ʌn'sɜːrt(ə)n] ['spɛlɪŋz] [ri'teind] [æz; əz] ['prɪntɪd] .
Archaic , non - standard , and uncertain spellings retained as printed .
古风 , 非 - 标准 , 和 不确定 拼写 保留 作为 打印 .

保留印刷时使用的古老、非标准和不确定的拼写。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神